อนุสรณ์

ในงานฌาปนกิจศพ

ยายอบเชย ธีระพงษ์

วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร

ร์ ที่ ๒๑ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๑๙



อนุสรณ์

ในงานฌาปนกิจศพ

คุณยายอบเชย ธีระพงษ์

ณ เมรุวัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร

วันเสาร์ ที่ ๒๑ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๑๙



คุณยายอบเชย ธีระพงษ์

เกิด วันพุธ ขึ้น ๗ ค่ำ เดือน ๑๑ ปีมะแม พ.ศ. ๒๔๒๖

ตาย วันพุธ ที่ ๑๐ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๘

ประวัติ

คุณแม่อบเชย เป็นคนจังหวัดอ่างทอง เกิดเมื่อวันพุธขึ้น ๗ ค่ำ เดือน ๑๑ ปีมะแม พ.ศ. ๒๔๒๖ เป็นลูกคนที่ ๒ ของพ่อเปรม และ แม่นิ่ม ภู่ระหงษ์ เมื่ออายุ ๒๕ ได้สมรสกับคุณพ่อจุ้ย แล้วย้ายมาอยู่กรุงเทพฯ มีบุตรด้วยกัน ๕ คน เป็นชายหนึ่งคนและหญิง ๔ คน แม่ไม่เคยทะเลาะกับพ่อเลย พ่อรักและเกรงใจแม่มาก แม่เป็นคนฉลาดและขยัน เจ้าระเบียบ และสะอาดมาก แม่สอนลูกเสมอว่า "ตัวเป็นข้าก็อย่าให้ผ้าเหม็นสาบ" แม่เป็นผู้ยึดมั่นในความกตัญญู และยึดมั่นในศาสนาอย่างแน่วแน่ แม่ชอบไปวัดฟังเทศน์ และทำบุญให้ทานเป็นประจำ ชอบช่วยเหลือคน ตลอดชีวิตของแม่ แม่ทำแต่ความดี ลูกจึงเชื่อแน่ว่าผลแห่งความดีของแม่คงส่งให้แม่ของลูกสถิตอยู่บนสรวงสวรรค์ เสวยผลแห่งกรรมดีตราบนานเท่านาน

ลูกของแม่

(พ.อ. ประพันธ์ ธีระพงษ์)

อาลัยคุณยาย

คุณยายจากไปเมื่อวันที่ ๑๐ ธันวาคม ๒๕๑๘ เวลาสิ้นโมงกว่า สาเหตุการตายหมอเขียนมาแขวนไว้ที่เตียงว่า **"โลหิตเป็นพิษ"** ทำให้หนูใจเสียนึกถึงเหตุการณ์ก่อนวันคุณยายจะจากไปไม่กี่วัน นางพยาบาลโรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน ได้ให้เลือดคุณยาย เขาแทงถุงเลือดแตกจนหยดออกมานอกถุงตลอดเวลา หนูบอกพยาบาลเขาก็ว่าไม่เป็นไรแล้วก็เดินออกไป หนูเสียใจเหลือเกินที่ตัวเองโง่เง่าเกินไปไม่สามารถจะช่วยชีวิตของคุณยายได้ ปล่อยให้นางพยาบาลให้เลือดที่เป็นพิษกับคุณยาย พอคุณยายหมดลมได้สักพัก ตามเล็บมือเล็บเท้าคุณยายเขียวดำไปหมด คุณยายขาหนูเสียใจเหลือเกินมารู้เอาเมื่อสายเกินไปเสียแล้ว คุณยายไม่สามารถกลับฟื้นขึ้นมาฟังคำขอขมาจากหนูได้ คุณยายขาถึงคราวที่คุณยายฝากไข้ให้หนูดูแล หนูกลับเลินเล่อปล่อยให้มีภัยถึงคุณยาย ผิดกับที่คุณยายเฝ้าเลี้ยงดู ทะนุถนอม อดหลับอดนอนรักษาพยาบาลหนูมาเพราะหนูขี้โรคมาแต่เล็ก ตั้งแต่จำความได้ หนูก็ได้รับความรักความกรุณาจากคุณยายตลอดมาจนโต คุณยายเป็นคนตัดผมให้เย็บเสื้อกระโปรงสวยๆ ให้ใส่ ทำขนมอร่อยๆ ให้กิน หนูเมื่อยขาคุณยายก็นวดให้จนหนูหลับไป หน้าร้อนคุณยายก็จะคอยชโลมแป้งและพัดให้ คุณยายทำให้หนูด้วยความเต็มใจไม่เคยบ่นว่าหรือแสดงความเบื่อหน่าย ก่อนนอนคุณยายก็จะเล่านิทานให้ฟังทุกคืน นิทานที่คุณยายชอบเล่าบ่อยๆ เรื่อง "แม่หมา" กับเรื่องเมืองลับแล เป็นเรื่องที่สอนให้รู้จักกตัญญู และพูดความจริง คุณยายเองเป็นผู้มี

ความกตัญญูอย่างยิ่ง ถึงแม้คุณทวดจะเสียชีวิตแล้ว คุณยายก็ยังไปบังสุกุลทุกปีมิได้ขาด คุณยายจะพาพวกเรานั่งเรือเมล์เขียวเมล์แดงจมูกสั้นตลอดทางไปวัดดอนกระต่าย อ่างทอง บ้านเกิดคุณยาย และมีเจดีย์บรรจุกระดูกทวดไว้ คุณยายจะทำบุญบังสุกุลเลี้ยงพระทั้งวัดของเหลือก็ให้ชาวบ้าน แล้วก็ถือโอกาสไหว้หลวงพ่อไชโยที่คุณยายนับถือมาก ตลอดเวลาหลายสิบปีคุณยายไม่เคยขาด บางปีคุณยายจะเช่าเรือใหญ่เขาทั้งลำเลย แล้วก็บอกบุญให้ลูกหลานร่วมทำบุญทอดผ้าป่ากัน มีข้าวของมากมาย พอเรือแล่นไปสว่างที่วัดไหนก็ขนเครื่องผ้าป่าลงมากองไว้ที่ท่าน้ำ คุณยายบอกว่า พระองค์ไหนท่านลงมาก่อนเห็นเข้าท่านก็จะชักผ้าป่าไปเอง แล้วก็แล่นเรือต่อไป เจอวัดก็ขนเครื่องผ้าป่าลงไปวางไว้ท่าน้ำอย่างเก่า รวมกันได้ทั้งหมด ๗ วัดด้วยกัน คุณยายอิ่มอกอิ่มใจที่ได้ทำบุญทุกครั้ง วัดไหนที่กันดาร ขาดแคลน คุณยายก็บากบั่นไปทำ ไม่ว่าวัดจะขาดอะไรที่คุณยายพอมีกำลังทรัพย์ทำได้เป็นทำ มีอยู่วัดหนึ่งเลยลพบุรีไปหน่อย คุณยายไปเห็นพระท่านเอาเศษเหล็กมาไว้เคาะแทนระฆัง กลับมากรุงเทพฯ คุณยายจัดการหาซื้อระฆังใบโตกับกลองไปให้ทันที ใครอยากบวชพระบวชเณรไม่มีเงินบวช คุณยายก็จะรีบเป็นเจ้าภาพบวชให้ ถึงวันสงกรานต์ของทุกปีคุณยายก็จะแจกทานด้วยการต้มข้าวต้มหมูไว้หลายหม้อใหญ่ ๆ ของหวานก็มีเม็ดแมงลัก แตงไทยน้ำกะทิ ทำไว้เป็นโอ่งมังกร ใครผ่านไปมาก็แวะกิน ชาวบ้านยากจนแถวนั้น กินแล้วคุณยายก็ให้เอาหม้อมาใส่ไว้กินตอนเย็นอีก พวกถีบสามล้อผ่านมา คุณยายก็จะเป็นคนไปเรียกเอง "มากินข้าวต้มกินขนมก่อนเถิดพ่อคุณ กินให้อิ่มไม่ต้องเกรงใจของมีแยะ" พอแจกข้าวต้มขนมเสร็จแล้ว คุณยายก็จะโปรย

ทานด้วยสตางค์ให้เด็ก ๆ แย่งกันสนุกสนาน ถึงวันเกิดของคุณยาย คือขึ้น ๗ ค่ำ เดือน ๑๑ คุณยายก็ออกหัวคิดให้ลูกหลานทำกับข้าวมาให้กินกันคนละอย่าง ถ้าคุณยายทานของใครมากก็เป็นอันว่าคนนั้นได้ที่หนึ่ง เวลาคุณยายทาน พวกเราจะส่งเสียงกันเจี๊ยว น้าพันธ์เสียงดังกว่าใคร "แม่ทานของผม ของผมชามนี้แม่" ถึงเวลาจับสลาก คุณยายจะนั่งถือปึกเงินคอยแจกลูกหลานด้วยหน้าที่ยิ้มอย่างมีความสุข นับแต่นี้ไปภาพเหล่านี้ก็คงจะมีอยู่ในความทรงจำของลูกหลานเท่านั้น หนูจะหาใครที่รักและเมตตาหนูเหมือนคุณยายไม่มีอีกแล้ว หนูจะดีจะเลวคุณยายก็รักและให้อภัยหนูเสมอมา พระคุณของคุณยายนั้นสุดจะประมาณได้ สุดจะหาสิ่งใดมาทดแทนพระคุณนี้ได้หมด หนูจึงขอตั้งจิตอธิษฐาน ขออำนาจ คุณพระพุทธ คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ทั้งหลายที่ท่านเป็นอริยสงฆ์ ด้วยกุศลเจตนาอันแท้จริงของหนูนี้ ขอผลบุญที่หนูได้กระทำในชาตินี้ทั้งหมด และกุศลที่จะเกิดจากการพิมพ์หนังสือในครั้งนี้ ถ้าจะเกิดมี ขอบุญกุศลทั้งหลายนั้นจงบังเกิดกับคุณยายอบเชย ธีระพงษ์ คุณยายผู้แสนประเสริฐ และหนูภูมิใจที่เกิดมาเป็นหลานของคุณยาย

แม่แดง หลานรักของคุณยาย

มุตโตทัย

ของ

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ

(เคยพิมพ์เผยแผ่มาแล้ว)

๑. การปฏิบัติเป็นเครื่องยังพระสัทธรรมให้บริสุทธิ์

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงว่า ธรรมของพระตถาคต เมื่อเข้าไปประดิษฐานในสันดานของปุถุชนแล้ว ย่อมกลายเป็นของปลอม (สัทธรรมปฏิรูป) ไป แต่ถ้าเข้าไปประดิษฐานในจิตสันดานของพระอริยเจ้าแล้วไซร้ ย่อมเป็นของบริสุทธิ์แท้จริง และเป็นของไม่ลบเลือนด้วย เพราะฉะนั้น เมื่อยังเพียรแต่เรียนพระปริยัติธรรมฝ่ายเดียว จึงยังใช้การไม่ได้ดี ต่อเมื่อมาฝึกหัดปฏิบัติจิตใจ กำจัดเหล่ากะปอมก่า คืออุปกิเลสแล้วนั่นแหละ จึงจะยังประโยชน์ให้สำเร็จเต็มที่ และทำให้พระสัทธรรมบริสุทธิ์ ไม่วิปลาศคลาดเคลื่อนจากหลักเดิมด้วย

๒. ฝึกตนดีแล้วจึงฝึกผู้อื่น ชื่อว่าทำตามพระพุทธเจ้า (ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควา)

สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงทรมานฝึกหัดพระองค์จนได้ตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็น พุทฺโธ ผู้รู้ก่อนแล้วจึงเป็น ภควา ผู้ทรงจำแนกแจกธรรมสั่งสอนเวไนยสัตว์ สตฺถา จึงเป็นครูของเทวดาและมนุษย์ เป็นผู้ฝึกบุรุษผู้มีอุปนิสัยบารมีควรแก่การทรมานในภายหลัง จึงทรงพระคุณ ปรากฏว่า กลฺยาโณ กิตฺติ-

สทฺโท อพฺภุคฺคโต เสียงเกียรติศัพท์อันดีงามของพระองค์ย่อมฟุ้งเฟื่องไปในจตุรทิศ จนตราบเท่าทุกวันนี้ แม้พระอริยสงฆ์สาวกเจ้าทั้งหลายที่ล่วงลับไปแล้วก็เช่นเดียวกัน ปรากฏว่าท่านฝึกฝนทรมานตนได้ดีแล้ว จึงช่วยพระบรมศาสดาจำแนกธรรมสั่งสอนประชุมชนในภายหลัง ท่านจึงมีเกียรติคุณปรากฏเช่นเดียวกันกับพระผู้มีพระภาคเจ้า ถ้าบุคคลไม่ทรมานตนให้ดีก่อนแล้ว และทำการจำแนกแจกธรรมสั่งสอนไซร้ ก็จักเป็นผู้มีโทษปรากฏว่า ปาปโก สทฺโท โหติ คือเป็นผู้มีชื่อเสียงชั่วฟุ้งไปในจตุรทิศ เพราะโทษที่ไม่ทำตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระอริยสงฆ์สาวกเจ้าในกาลก่อนทั้งหลาย

๓. มูลมรดกอันเป็นต้นทุนทำการฝึกฝนตน

เหตุใดหนอ ปราชญ์ทั้งหลาย จะสวดก็ดี จะรับศีลก็ดี หรือจะทำการกุศลใด ๆ ก็ดี จึงต้องตั้ง "นโม" ก่อน จะทิ้ง "นโม" ไม่ได้เลย เมื่อเป็นเช่นนี้ "นโม" ก็ต้องเป็นสิ่งสำคัญ จึงยกขึ้นพิจารณาได้ความว่า "น" คือธาตุน้ำ "โม" คือธาตุดิน พร้อมกับบาทพระคาถาปรากฏขึ้นมาว่า มาตาเปติกสมฺภโว โอทนกุมฺมาสปจฺจโย สัมภวธาตุของมารดาบิดาผสมกัน จึงเป็นตัวตนขึ้นมาได้ น เป็นธาตุของมารดา โม เป็นธาตุของบิดา ฉะนั้นเมื่อธาตุทั้งสองนี้ผสมกันเข้า ไฟธาตุของมารดาเคี่ยวเข้า จนได้นามว่า กลละ คือน้ำมันหยดเดียว ณ ที่นี้เอง ปฏิสนธิวิญญาณเข้าถือปฏิสนธิได้ จิตได้ถือปฏิสนธิในธาตุ นโม นั้น เมื่อจิตเข้าไปอาศัยแล้ว กลละ ก็ค่อยเจริญขึ้นเป็นอัมพุชะ คือเป็นก้อนเลือด เจริญจากก้อนเลือดมาเป็นฆนะ คือเป็นแท่ง และเปสิ คือชิ้นเนื้อ แล้วขยายตัวออกคล้ายรูปจิ้งเหลน จึงเป็นปัญจสาขา คือแขน ๒ ขา ๒ หัว ๑ ส่วนธาตุ พ คือลม ธ คือไฟนั้นเป็นธาตุเข้ามา

อาศัยภายหลัง เพราะจิตไม่ถือ เมื่อละจาก กลละ นั้นแล้ว กลละ ก็ต้องทิ้งเปล่าหรือสูญเปล่า ลมและไฟก็ไม่มี คนตาย ลมและไฟก็ดับหายสาบสูญไป จึงว่าเป็นธาตุอาศัย ข้อสำคัญจึงอยู่ที่ธาตุทั้ง ๒ คือ นโม เป็นดั้งเดิม ในกาลต่อมาเมื่อคลอดออกมาแล้วก็ต้องอาศัย น มารดา โม บิดา เป็นผู้ทะนุถนอมกล่อมเกลี้ยงเลี้ยงมา ด้วยการให้ข้าวสุกและขนมกุมมาสเป็นต้น ตลอดจนการแนะนำสั่งสอนความดีทุกอย่าง ท่านจึงเรียกมารดาบิดาว่า "บุพพาจารย์" เป็นผู้สอนก่อนใคร ๆ ทั้งสิ้น มารดาบิดาเป็นผู้มีเมตตาจิตต่อบุตรธิดา จะนับจะประมาณมิได้ มรดกที่ทำให้ กล่าวคือ รูปกายนี้แลเป็นมรดกดั้งเดิม ทรัพย์สินเงินทองอันเป็นของภายนอก ก็เป็นไปจากรูปกายนี้เอง ถ้ารูปกายนี้ไม่มีแล้ว ก็ทำอะไรไม่ได้ ชื่อว่าไม่มีอะไรเลย เพราะเหตุนั้น ตัวของเราทั้งตัวนี้เป็น "มูลมรดก" ของบิดามารดาทั้งสิ้น จึงว่าคุณของท่านจะนับจะประมาณมิได้เลย ปราชญ์ทั้งหลายจึงหาได้ละทิ้งไม่ เราต้องเอาตัวเรา คือ "นโม" ตั้งขึ้นก่อน แล้วจึงทำกิริยาน้อมไหว้ลงภายหลัง "นโม" ท่านแปลว่า "นอบน้อม" นั้นเป็นการแปลเพียงกิริยา หาได้แปลต้นกิริยาไม่ มูลมรดกนี้แลเป็นต้นทุนทำการฝึกหัดปฏิบัติตน ไม่ต้องเป็นคนจนทรัพย์สำหรับทำทุนปฏิบัติ

๔. มูลฐานสำหรับทำการปฏิบัติ

นโม นี้ เมื่อกล่าวเพียง ๒ ธาตุเท่านั้น ยังไม่สมประกอบหรือยังไม่เต็มส่วนต้องพลิกสระพยัญชนะดังนี้คือ เอาสระอะจากตัว น มาใส่ตัว ม เอาสระโอจากตัว ม มาใส่ตัว น แล้วกลับ มะ มาไว้หน้า โน เป็น โม "มโน" แปลว่าใจ เมื่อเป็นเช่นนี้จึงได้ทั้งกายทั้งใจเต็ม

ตามส่วน สมควรแก่การใช้เป็นมูลฐานแห่งการปฏิบัติได้ มโน คือใจนี้เป็นดั้งเดิมเป็นมหาฐานใหญ่ จะทำจะพูดอะไรก็ย่อมเป็นไปจากใจนี้ทั้งหมด ได้ในพระพุทธพจน์ว่า มโน ปุพฺพงฺคมา ธมฺมา มโน-เสฏฺฐา มโนมยา ธรรมทั้งหลายมีใจถึงก่อนมีใจเป็นใหญ่สำเร็จแล้วด้วยใจ พระบรมศาสดาจะทรงบัญญัติพระธรรมวินัย ก็ทรงบัญญัติออกไปจากใจ คือมหาฐานนี้ทั้งสิ้น เหตุนี้เมื่อพระสาวกผู้ได้มาพิจารณาตามจนถึงรู้จัก นโม แจ่มแจ้งแล้ว มโนก็สุดบัญญัติ คือพ้นจากบัญญัติทั้งสิ้น สมมติทั้งหลายในโลกนี้ต้องออกไปจากมโนทั้งสิ้นของใครก็ก้อนของใคร ต่างคนต่างถือเอาก้อนอันนี้ ถือเอาเป็นสมมติบัญญัติตามกระแสแห่งน้ำโอฆะ จนเป็นอวิชชาตัวก่อภพก่อชาติด้วยการไม่รู้เท่า ด้วยการหลงถือว่าเป็นตัวเรา เป็นของเราไปหมด

๕. มูลเหตุแห่งสิ่งทั้งหลายในสากลโลกธาตุ

พระอภิธรรม ๗ คัมภีร์ เว้นมหาปัฏฐาน มีนัยประมาณเท่านั้นเท่านี้ ส่วนคัมภีร์มหาปัฏฐาน มีนัยหาประมาณมิได้ เป็น "อนันตนัย" เป็นวิสัยของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเท่านั้นที่จะรอบรู้ได้ เมื่อพิจารณาพระบาลี ที่ว่า เหตุปจฺจโย นั้น ได้ความว่าเหตุซึ่งเป็นปัจจัยดั้งเดิมของสิ่งทั้งหลายในสากลโลกธาตุนั้นได้แก่มโนนั่นเอง มโนเป็นตัวมหาเหตุ เป็นตัวเดิม เป็นสิ่งสำคัญ นอกนั้นเป็นแต่อาการเท่านั้นอารมฺมณะ จนถึง อวิคฺคตะ จะเป็นปัจจัยได้ก็เพราะมหาเหตุ คือใจเป็นเดิมโดยแท้ ฉะนั้น มโนซึ่งกล่าวไว้ในข้อ ๔ ก็ดี จิตภูต ซึ่งจะกล่าวในข้อ ๖ ก็ดี และมหาเหตุซึ่งกล่าวในข้อนี้ก็ดี ย่อมมีเนื้อความเป็นอันเดียวกัน พระบรมศาสดาจะทรงบัญญัติพระธรรมวินัยก็ดี

รู้อะไร ๆ ได้ด้วยทศพลญาณก็ดี รอบรู้สรรพเญยยธรรมทั้งปวงก็ดี ก็เพราะมีมหาเหตุนั้นเป็นคงเดิมทีเดียว จึงทรงรอบรู้ได้เป็นอนันตนัย แม้สาวกทั้งหลายก็มีมหาเหตุนี้แลเป็นเดิม จึงสามารถรู้ตามคำสอนของพระองค์ได้ ด้วยเหตุนี้แล พระอัสสชิเถระผู้เป็นที่ ๕ ของพระปัญจวัคคีย์ จึงแสดงธรรมแก่ อุปติสสะ (พระสารีบุตร) ว่า เย ธมฺมา เหตุปภวา เตสํ เหตุํ ตถาคโต เตสญฺจ โย นิโรโธ จ เอวํ วาที มหาสมโณ ความว่า ธรรมทั้งหลายเกิดแต่เหตุ เพราะว่ามหาเหตุนี้เป็นตัวสำคัญเป็นตัวเดิม เมื่อท่านพระอัสสชิเถระ กล่าวถึงที่นี้ (คือมหาธาตุ) ท่านพระสารีบุตรจะไม่หยั่งจิตลงถึงกระแสธรรมอย่างไรเล่า! เพราะอะไรทุกสิ่งในโลกก็ต้องเป็นไปแต่มหาเหตุ ถึงโลกุตตรธรรมก็คือมหาเหตุ ฉะนั้น มหาปัฏฐานท่านจึงว่าเป็นอนันตนัย ผู้มาปฏิบัติใจคือตัวมหาเหตุ จนแจ่มกระจ่างสว่างโร่แล้วย่อมสามารถรู้อะไร ๆ ทั้งภายในและภายนอก ทุกสิ่งทุกประการ สุดจะนับจะประมาณได้ด้วยประการฉะนี้

๖. มูลการของสังสารวัฏฏ์ (ฐีติภูตํ อวิชฺชา ปจฺจยา สงฺขารา อุปาทานํ ภโวชาติ)

คนเราทุกรูปทุกนามที่ได้กำเนิดเกิดมาเป็นมนุษย์ ล้วนแล้วแต่มีที่เกิดทั้งสิ้น กล่าวคือ มีบิดามารดาเป็นแดนเกิด ก็แลเหตุใดท่านจึงบัญญัติปัจจยาการแต่เพียงว่า อวิชฺชา ปจฺจยา ฯลฯ เท่านั้น อวิชชาเกิดมาจากอะไร ? ท่านหาได้บัญญัติไว้ไม่ พวกเราก็ยังมีบิดามารดา อวิชชาก็ต้องมีพ่อแม่เหมือนกัน ได้ความตามบาทพระคาถาเบื้องต้นว่า ฐีติภูตํ นั่นเองเป็นพ่อแม่ของอวิชชา ฐีติภูตํ ได้แก่ จิตดั้งเดิม เมื่อ ฐีติภูตํ ประกอบไปด้วยความหลง จึงมีเครื่องต่อ กล่าวคือ

อาการของอวิชชาเกิดขึ้น เมื่อมีอวิชชาแล้ว จึงเป็นปัจจัยให้ปรุงแต่งเป็นสังขารพร้อมกับความเข้าไปยึดถือ จึงเป็นภพชาติ คือต้องเกิดก่อต่อกันไป ท่านเรียกปัจจยาการ เพราะเป็นอาการสืบต่อกัน วิชชาและอวิชชาก็ต้องมาจาก ฐีติภูตํ เช่นเดียวกัน เพราะเมื่อ ฐีติภูตํ ประกอบด้วยอวิชชา จึงไม่รู้เท่าอาการทั้งหลาย แต่เมื่อ ฐีติภูตํ กอปรด้วยวิชชา จึงรู้เท่าอาการทั้งหลายตามความเป็นจริง นี่พิจารณาด้วยวุฏฐาน คามินีวิปัสสนา รวมใจความว่า ฐีติภูตํ เป็นตัวการดั้งเดิมของสงสารวัฏฏ์ (การเวียนว่ายตายเกิด) ท่านจึงเรียกชื่อว่า "มูลตันไตร" เพราะฉะนั้น เมื่อจะตัดสงสารวัฏฏ์ให้ขาดสูญ จึงต้องอบรมบ่มตัวการดั้งเดิมให้มีวิชชารู้เท่าทันอาการทั้งหลายตามความเป็นจริง ก็จะหายหลง แล้วไม่ก่ออาการทั้งหลายใด ๆ อีก ฐีติภูตํ อันเป็นมูลการก็หยุดหมุนหมดการเวียนว่ายตายเกิดในสงสารวัฏฏ์ด้วยประการฉะนี้

๗. อรรคฐาน เป็นที่ตั้งแห่งมรรค ผล นิพพาน (อคฺคํ ฐานํ มนุสฺเสสุ มคฺคํ สตฺต วิสุทฺธิยา)

ฐานะอันเลิศมีอยู่ในมนุษย์ ฐานะอันเลิศนั้นเป็นทางดำเนินไปเพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ อธิบายว่า เราได้รับมรดกมาแล้วจากนโมคือบิดามารดา กล่าวคือตัวของเรานี้แล อันได้กำเนิดเกิดมาเป็นมนุษย์ซึ่งเป็นชาติสูงสุด เป็นผู้เลิศตั้งอยู่ในฐานะอันเลิศด้วยดี คือมีกายสมบัติ วจีสมบัติ และมโนสมบัติบริบูรณ์จะสร้างสมเอาสมบัติภายนอกคือ ทรัพย์สินเงินทองอย่างไรก็ได้ จะสร้างสมเอาสมบัติภายใน คือมรรค ผล นิพพาน ธรรมวิเศษก็ได้ พระพุทธองค์ทรงบัญญัติพระธรรมวินัย ก็ทรงบัญญัติแก่มนุษย์เรานี้เอง มิได้ทรงบัญญัติแก่

ช้าง ม้า โค กระบือ ฯลฯ ที่ไหนเลย มนุษย์นี้เองจะเป็นผู้ปฏิบัติถึงซึ่งความบริสุทธิ์ได้ ฉะนั้น จึงไม่ควรน้อยเนื้อต่ำใจว่า ตนมีบุญวาสนาน้อย เพราะมนุษย์ทำได้ เมื่อไม่มีทำให้มีได้ เมื่อมีแล้วทำให้ยิ่งได้ สมด้วยเทศนาอันมีมาในเวสสันดรชาดกว่า ทานํ เทติ สีลํ รกฺขติ ภาวนํ ภาเวตฺวา เอกจฺโจ โมกฺขํ คจฺฉติ นิสฺสํสยํ เมื่อได้ทำกองการกุศล คือ ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามคำสอนของพระบรมศาสดาจารย์เจ้าแล้ว บางพวกทำน้อย ก็ต้องไปสู่สวรรค์ บางพวกกฺแลขยัน ทำจริง พร้อมทั้งวาสนาบารมีแต่หนหลังประกอบกัน ก็สามารถเข้าสู่พระนิพพาน โดยไม่ต้องสงสัยเลย พวกสัตว์ดิรัจฉานท่านไม่ได้กล่าวว่าเลิศ เพราะจะมาทำเหมือนพวกมนุษย์ไม่ได้ มนุษย์นี้ตั้งอยู่ในฐานะอันเลิศด้วยดี สามารถนำตนเข้าสู่มรรคผล เข้าสู่พระนิพพานอันบริสุทธิ์ได้แล

๘. สติปัฏฐานเป็นชัยภูมิ คือสนามฝึกฝนตน

พระบรมศาสดาจารย์เจ้า ทรงตั้งชัยภูมิไว้ในธรรมข้อไหน ? เมื่อพิจารณาปัญหานี้ได้ความขึ้น ว่าพระองค์ทรงตั้งมหาสติปัฏฐานเป็นชัยภูมิ

อุปมาในทางโลก การรบทัพชิงชัย มุ่งหมายชัยชนะ จำต้องหาชัยภูมิ ถ้าได้ชัยภูมิที่ดี ย่อมสามารถป้องกันอาวุธของข้าศึกได้ดี ณ ที่นั้น สามารถรวบรวมกำลังใหญ่เข้าฆ่าฟันข้าศึกให้ปราชัยพ่ายแพ้ไปได้ ที่เช่นนั้น ท่านจึงเรียกว่าชัยภูมิ คือที่ที่ประกอบไปด้วยค่ายคูประตูหอรบอันมั่นคงฉันใด

อุปมัยในทางธรรมก็ฉันนั้น ที่เอามหาสติปัฏฐานเป็นชัยภูมิ โดยที่ผู้จะเข้าสู่สงคราม รบข้าศึก คือกิเลส ต้องพิจารณากายา-

นุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นต้นก่อน เพราะคนเราที่เกิดกามราคะเป็นต้นขึ้น ก็เกิดที่กาย ตาแลไปเห็นกายทำให้ใจกำเริบ เหตุนั้นจึงได้ความว่ากายเป็นเครื่องก่อเหตุ จึงต้องพิจารณาที่กายนี้ก่อน จะได้เป็นเครื่องดับนิวรณ์ทำใจให้สงบได้ ณ ที่นี้พึงทำให้มาก คือพิจารณาไม่ต้องถอยเลยทีเดียว ในเมื่ออุคคหนิมิตปรากฏกายส่วนไหนก็ตามให้พึงถือเอากายส่วนที่ได้เห็นนั้นพิจารณาให้เป็นหลักไว้ ไม่ต้องย้ายไปพิจารณาที่อื่น จะคิดว่าที่นี่เราเห็นแล้ว ที่อื่นยังไม่เห็น ก็ต้องพิจารณาที่อื่นซิ เช่นนี้หาควรไม่ ถึงแม้จะพิจารณาจนแยกกายออกมาเป็นส่วน ๆ ทุก ๆ อาการอันเป็นธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ได้อย่างละเอียด ที่เรียกว่า ปฏิภาค ก็ตาม ก็ให้พิจารณากายที่เราเห็นทีแรกด้วย อุคคหนิมิต นั้นจนชำนาญ ที่จะชำนาญได้ก็ต้องพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำอีก ณ ที่เดียวนั้นเอง เหมือนสวดมนต์ฉะนั้น อันการสวดมนต์ เมื่อเราท่องสูตรนี้ได้แล้วทิ้งเสีย ไม่เล่าไม่สวดไว้อีกก็จะลืมเสียไม่สำเร็จประโยชน์อะไรเลย เพราะไม่ทำให้ชำนาญด้วยความประมาทฉันใด การพิจารณาก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อได้อุคคหนิมิตในที่ใดแล้ว ไม่พิจารณาในที่นั้นให้มาก ปล่อยทิ้งเสียด้วยความประมาทก็ไม่สำเร็จประโยชน์อะไรอย่างเดียวกัน

การพิจารณากายนี้ มีที่อ้างมาก ดังในการบวชทุกวันนี้เบื้องต้นต้องบอกกรรมฐาน ๕ ก็คือกายนี้เอง ก่อนอื่นหมด เพราะเป็นของสำคัญ ท่านกล่าวไว้ในคัมภีร์พระธรรมบทขุททกนิกายว่าอาจารย์ผู้ไม่ฉลาดไม่บอกซึ่งการพิจารณากาย อาจทำลายอุปนิสัยแห่งพระอรหัตของกุลบุตรได้ เพราะฉะนั้น ในทุกวันนี้จึงต้องบอกกรรมฐาน ๕ ก่อน อีกแห่งหนึ่งท่านกล่าวว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลาย

พระขีณาสวเจ้าทั้งหลาย ชื่อว่าจะไม่กำหนดกายในส่วนแห่งโกฏฐาส หนึ่งมิได้มีเลย จึงตรัสแก่ภิกษุ ๕๐๐ รูป ผู้กล่าวถึงแผ่นดินว่า บ้านโน้นมีดินดำดินแดงเป็นต้นนั้นว่า นั่นชื่อว่า พหิทฺธา แผ่นดินภายนอก ให้พวกท่านทั้งหลายมาพิจารณาอัชฌัตติกาแผ่นดินภายใน กล่าวคือ อัตภาพร่างกายนี้ จงไตร่ตรองพิจารณาให้แยบคาย กระทำให้แจ้ง แทงให้ตลอด เมื่อจบการวิสัชนาปัญหานี้ ภิกษุทั้ง ๕๐๐ รูป ก็บรรลุพระอรหัตผล เหตุนั้นการพิจารณากายนี้จึงเป็นของสำคัญ ผู้ที่จะพ้นทุกข์ทั้งหมด ล้วนแต่ต้องพิจารณากายนี้ทั้งสิ้น จะรวบรวมกำลังใหญ่ได้ต้องรวบรวมด้วยการพิจารณากาย แม้พระพุทธเจ้าจะได้ตรัสรู้ทีแรก ก็ทรงพิจารณาลม ลมจะไม่ใช่กายอย่างไร ? เพราะฉะนั้นมหาสติปัฏฐาน มีกายานุปัสสนาเป็นต้น จึงชื่อว่า "ชัยภูมิ" เมื่อเราได้ชัยภูมิดีแล้ว กล่าวคือ ปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐานจนชำนาญแล้ว ก็จงพิจารณาความเป็นจริงตามสภาพแห่งธาตุทั้งหลายด้วยอุบายแห่งวิปัสสนา ซึ่งจะกล่าวในลำดับนี้

๙. อุบายแห่งวิปัสสนา อันเป็นเครื่องถ่ายถอนกิเลส

ธรรมชาติของดีทั้งหลาย ย่อมเกิดมาแต่ของไม่ดี อุปมาดังดอกปทุมชาติอันสวย ๆ งาม ๆ ก็เกิดขึ้นมาจากโคลนตมอันเป็นของสกปรกปฏิกูล น่าเกลียด แต่ว่าดอกบัวนั้น เมื่อขึ้นพ้นโคลนตมแล้วย่อมเป็นสิ่งที่สะอาด เป็นที่ทัดทรงของพระราชาอุปราช อำมาตย์ และเสนาบดี เป็นต้น และดอกบัวนั้น ก็มิกลับคืนไปยังโคลนตมอีกเลย ข้อนี้เปรียบเหมือนพระโยคาวจรเจ้าผู้ประพฤติพากเพียรประโยคพยายามย่อมพิจารณาซึ่งสิ่งสกปรกน่าเกลียด จิตจึงพ้นสิ่งสกปรกน่าเกลียดได้

สิ่งสกปรกน่าเกลียดนั้นก็คือตัวเรานี้เอง ร่างกายนี้เป็นที่ประชุมแห่งของโสโครก คือ อุจจาระ ปัสสาวะ (มูตร คูถทั้งปวง) สิ่งที่ออกจาก ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ก็เรียกว่าขี้ทั้งหมด เช่น ขี้หัว ขี้เล็บ ขี้ฟัน ขี้ไคล เป็นต้น เมื่อสิ่งเหล่านี้ร่วงหล่นลงสู่อาหาร มี แกง กับ เป็นต้น ก็รังเกียจต้องเททิ้งกินไม่ได้ และร่างกายนี้ต้องชำระอยู่เสมอ จึงพอเป็นของดูได้ ถ้าหากไม่ชำระขัดสีก็จะมีกลิ่นเหม็นสาบ เข้าใกล้ใครก็ไม่ได้ ของทั้งปวงมีผ้าแพร เครื่องใช้ต่าง ๆ เมื่ออยู่นอกกาย ของเรา ก็เป็นของสะอาดน่าดู แต่เมื่อมาถึงกายแล้ว ก็เป็นของสกปรก ไป เมื่อปล่อยไว้นาน ๆ เข้าไม่ซักฟอก ก็จะเข้าใกล้ใครไม่ได้เลย เพราะเหม็นสาบ ดังนี้จึงได้ความว่าร่างกายของเรานี้เป็นเรือนมูตร เรือนคูถ เป็นอสุภะของไม่งาม ปฏิกูลน่าเกลียด เมื่อยังมีชีวิตอยู่ ก็เป็นถึงปานนี้ เมื่อชีวิตหาไม่แล้วยิ่งจะสกปรกหาอะไรเปรียบเทียบ มิได้เลย เพราะฉะนั้น พระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย จึงพิจารณาร่างกาย อันนี้ให้ชำนิชำนาญด้วยโยนิโสมนสิการ ตั้งแต่ต้นมาทีเดียว คือ ขณะเมื่อยังเห็นไม่ชัดเจน ก็พิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งแห่งร่างกาย อันเป็นที่สบายแก่จริต จนกระทั่งปรากฏเป็นอุคคหนิมิต คือปรากฏ ส่วนแห่งร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง แล้วก็กำหนดส่วนนั้นให้มาก เจริญ ให้มาก ทำให้มาก การเจริญทำให้มากนั้น พึงทราบอย่างนี้ อันชาวนา เขาทำนา เขาก็ทำที่แผ่นดิน ไถที่แผ่นดิน ดำลงไปในดิน ปีต่อไป เขาก็ทำที่ดินอีกเช่นเคย เขาไม่ได้ทำนาในอากาศกลางหาว คงทำ แต่ที่ดินอย่างเดียว ข้าวเขาก็ได้เต็มยุ้งเต็มฉางเอง เมื่อทำให้มากใน ที่ดินนั้นแล้ว ไม่ต้องเรียกว่า ข้าวเอ๋ยข้าว จงมาเต็มยุ้งเน้อ ข้าวก็ จะหลั่งไหลมาเอง และจะห้ามว่า ข้าวเอ๋ยข้าว จงอย่ามาเต็มยุ้งเต็มฉาง

เราเน้อ ถ้าทำนาในที่นั่นเองจนสำเร็จแล้ว ข้าวก็จะมาเต็มยุ้งเต็มฉาง ฉันใดก็ดี พระโยคาวจรเจ้าก็ฉันนั้น คงพิจารณากายในที่เคยพิจารณา อันถูกนิสัย หรือที่ปรากฏมาให้เห็นครั้งแรก อย่าละทิ้งเลยเป็นอันขาด การทำให้มากนั้นมิใช่หมายแต่การเดินจงกรมเท่านั้น ให้มีสติหรือพิจารณาในที่ทุกสถานในกาลทุกเมื่อ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ คิด พูด ก็ให้มีสติรอบคอบในกายอยู่เสมอ จึงจะชื่อว่าทำให้มาก เมื่อพิจารณาในร่างกายนั้นจนชัดเจนแล้ว ให้พิจารณาแบ่งส่วนแยกส่วนออกเป็นส่วน ๆ ตามโยนิโสมนสิการ ตลอดจนกระจายออกเป็นธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม และพิจารณาให้เห็นไปตามนั้นจริง ๆ อุบายตอนนี้ตามแต่ตนจะใคร่ครวญออกอุบายตามที่ถูกจริตนิสัยของตน แต่อย่าละทิ้งหลักเดิมที่ตนได้รู้ครั้งแรกนั่นเทียว พระโยคาวจรเจ้า เมื่อพิจารณาในที่นี้พึงเจริญให้มาก ทำให้มาก อย่าพิจารณาครั้งเดียว แล้วปล่อยทิ้งตั้งครึ่งเดือน ตั้งเดือน ให้พิจารณาก้าวเข้าไป ถอยออกมาเป็นอนุโลมปฏิโลม คือเข้าไปสงบในจิต แล้วถอยออกมาพิจารณากาย อย่าพิจารณากายอย่างเดียว หรือสงบที่จิตแต่อย่างเดียว พระโยคาวจรเจ้าพิจารณาอย่างนี้ชำนาญแล้ว หรือชำนาญอย่างยิ่งแล้ว คราวนี้แลเป็นส่วนที่จะเป็นเอง คือ จิตย่อมจะรวมใหญ่ เมื่อรวมพึบลงย่อมปรากฏว่าทุกสิ่งรวมลงเป็นอันเดียวกัน คือหมดทั้งโลก ย่อมเป็นธาตุทั้งสิ้น นิมิตจะปรากฏขึ้นพร้อมกันว่าโลกนี้ราบเหมือนหน้ากลอง เพราะมีสภาพเป็นอันเดียวกัน ไม่ว่าป่าไม้ ภูเขา มนุษย์ สัตว์ แม้ที่สุดตัวของเราก็ต้องลบราบเป็นที่สุดอย่างเดียวกัน พร้อมกับ “ญาณสัมปยุต คือรู้ขึ้นมาพร้อมกัน” ในที่นี้ตัดความสนเท่ห์ในใจได้เลย จึงชื่อว่า “ยถาภูตญาณทัสสนวิปัสสนา

คือทั้งเห็นทั้งรู้ตามความเป็นจริง" ขั้นนี้เป็นเบื้องต้นในอันที่จะดำเนินต่อไปไม่ใช่ที่สุด อันพระโยคาวจรเจ้า จะพึงเจริญให้มาก ทำให้มากจึงจะเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่งอีกจนรอบจนชำนาญ เห็นแจ้งชัดว่า สังขารความปรุงแต่งอันเป็นความสมมติว่า โน่นเป็นของเรา นั่นเป็นเราเป็นความไม่เที่ยง อาศัยอุปาทานความยึดถือจึงเป็นทุกข์ ก็แลธาตุทั้งหลายต่างหาก หากมีความเป็นอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมา เกิด แก่ เจ็บ ตาย เกิดขึ้นเสื่อมไปอยู่อย่างนี้ อาศัยอาการของจิต คือขันธ์ ๔ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณไปปรุงแต่ง สำคัญมั่นหมายทุกภพ ทุกชาติ นับเป็นอเนกชาติเหลือประมาณ มาจนถึงปัจจุบันชาติ จึงทำให้จิตหลงอยู่ตามสมมติ ไม่ใช่สมมติมาติดเอาเราเพราะธรรมชาติทั้งหลายทั้งหมดในโลกนี้ จะเป็นของมีวิญญาณหรือไม่ก็ตาม เมื่อว่าตามความจริงแล้ว เขาหากมีหากเป็น เกิดขึ้นเสื่อมไป มีอยู่อย่างนั้นทีเดียวโดยไม่ต้องสงสัยเลย จึงรู้ขึ้นว่า ปุพฺเพสุ อนนุสฺสุเตสุ ธมฺเมสุ ธรรมดาเหล่านี้หากมีมาแต่ก่อน ถึงว่าจะไม่ได้ฟังจากใคร ก็มีอยู่อย่างนั้นทีเดียว ฉะนั้น ในความข้อนี้ พระพุทธองค์จึงทรงปฏิญญาณพระองค์ว่า เราไม่ได้ฟังมาแต่ใคร มิได้เรียนมาแต่ใคร เพราะของเหล่านี้มีอยู่มีมาแต่ก่อนพระองค์ ดังนี้ได้ความว่า ธรรมดาธาตุทั้งหลายย่อมเป็นย่อมมีอยู่อย่างนั้น อาศัยอาการของจิตเข้าไปยึดถือเอาสิ่งทั้งปวงเหล่านั้นมาหลายภพหลายชาติจึงเป็นเหตุให้เป็นไปตามสมมตินั้น เป็นเหตุให้อนุสัยครอบงำจิตจนหลงเชื่อไปตาม จึงเป็นเหตุให้ก่อภพก่อชาติ ด้วยอาการของจิตเข้าไปยึด ฉะนั้น พระโยคาวจรเจ้าจึงมาพิจารณาโดยแยบคายลงไปตามสภาพว่า สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา สังขารความเข้า

ไปปรุงแต่ง คืออาการของจิตนั่นแลไม่เที่ยง สัตว์โลกเขาหากมีอยู่เป็นอยู่อย่างนั้น ให้พิจารณาอริยสัจธรรมทั้ง ๔ เป็นเครื่องแก้อาการของจิตให้เห็นแน่แท้โดยปัจจักขสิทธิว่า ตัวอาการของจิตนี้เองมันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ จึงหลงตามสังขาร เมื่อเห็นจริงลงไปแล้วก็เป็นเครื่องแก้อาการของจิต จึงปรากฏขึ้นว่า สงฺขารา สสฺสตา นตฺถิ สังขารทั้งหลายที่เที่ยงแท้ไม่มีสังขารเป็นอาการของจิตต่างหาก เปรียบเหมือนพยับแดด ส่วนสัตว์เขาก็อยู่ประจำโลกแต่ไหนแต่ไรมา เมื่อรู้โดยเงื่อน ๒ ประการ คือรู้ว่าสัตว์ก็มีอยู่อย่างนั้น สังขารก็เป็นอาการของจิตเข้าไปสมมติเขาเท่านั้น ฐีติภูตํ จิตดั้งเดิมไม่มีอาการเป็นผู้หลุดพ้น ธรรมดาหรือธรรมทั้งหลายไม่ใช่ตน จะใช่ตนอย่างไร ของเขาหากเกิดมีอย่างนั้น ท่านจึงว่า สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลายไม่ใช่ตน ให้พระโยคาวจรเจ้าพิจารณาให้เห็นแจ้งประจักษ์ตามนี้จนทำให้รวมพึบลงไปให้เห็นจริงแจ้งชัดตามนั้น โดยปัจจักขสิทธิพร้อมกับญาณสัมปยุตปรากฏขึ้นมาพร้อมกัน จึงชื่อว่า วุฏฐานคามินีวิปัสสนา ทำในที่นี้จนชำนาญเห็นจริงแจ้งประจักษ์พร้อมกับการรวมใหญ่ และญาณสัมปยุต รวมทวนกระแสแก้อนุสัยสมมติเป็นวิมุตติหรือรวมลงฐีติจิตอันเป็นอยู่มีอยู่อย่างนั้น จนแจ้งประจักษ์ในที่นั้นด้วยญาณสัมปยุตว่า ขีณา ชาติ ญาณํ โหติ ดังนี้ ในที่นี้ไม่ใช่สมมติไม่ใช่ของแต่งเอาเดาเอา ไม่ใช่ของอันบุคคลพึงปรารถนาเอาได้ เป็นของที่เกิดเอง เป็นเอง รู้เองโดยส่วนเดียวเท่านั้น เพราะด้วยการปฏิบัติอันเข้มแข็งไม่ท้อถอย พิจารณาโดยแยบคายด้วยตนเอง จึงจะเป็นขึ้นมาเอง ท่านเปรียบเหมือนต้นไม้ต่าง ๆ มีต้นข้าวเป็นต้น เมื่อบำรุงรักษาต้นมันให้ดีแล้ว ผลคือรวงข้าวไม่ใช่สิ่งอันบุคคลพึง

ปรารถนาเอาเลย เป็นขึ้นมาเอง ถ้าแลบุคคลมาปรารถนาเอาแต่รวงข้าว แต่หาได้รักษาต้นข้าวไม่ เป็นผู้เกียจคร้าน จะปรารถนาจนวันตาย รวงข้าวก็ไม่มีขึ้นมาให้ฉันใด วิมุตติธรรม ก็ฉันนั้นแล มิใช่สิ่งอันบุคคลพึงปรารถนาเอาได้ คนผู้ปรารถนาวิมุตติธรรม แต่ปฏิบัติไม่ถูก หรือไม่ปฏิบัติ มัวเกียจคร้านจนวันตาย จะประสบวิมุตติธรรมไม่ได้เลย ด้วยประการฉะนี้

๑๐. จิตเดิมเป็นธรรมชาติใสสว่าง แต่มืดมัวไปเพราะอุปกิเลส (ปภสฺสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตญฺจ โข อาคนฺตุเกหิ อุปกิเลเสหิ อุปกฺกิลิฏฺฐํ)

ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้เลื่อมประภัสสรแจ้งสว่างมาเดิม แต่อาศัยอุปกิเลสเครื่องเศร้าหมอง เป็นอาคันตุกะสัญจรมาปกคลุมหุ้มห่อ จึงทำให้จิตมิส่องแสงสว่างได้ ท่านเปรียบไว้ในบทกลอนหนึ่งว่า "ไม้ชะงกหกพันง่า (กิ่ง) กะปอมก่า (กิ้งก่า) ขึ้นเมื่อฮ้อยกะปอมน้อยขึ้นมื้อพัน ครั้นตัวมาบ่ทัน ขึ้นนำคู่มื้อ ๆ" โดยอธิบายว่า คำว่าไม้ชะงก ๖,๐๐๐ ง่านั้น ตัดศูนย์ ๓ ศูนย์ออกเสีย เหลือแต่ ๖ คงได้ความว่า ทวาร ๖ ๆ เป็นที่มาแห่งกะปอมก่า คือ ของปลอมไม่ใช่ของจริง กิเลสทั้งหลายไม่ใช่ของจริง เป็นสิ่งสัญจรเข้ามาในทวารทั้ง ๖ นับร้อยนับพัน มิใช่แต่เท่านั้น กิเลสทั้งหลายที่ยังไม่เกิดมีขึ้นก็จะมีทวียิ่ง ๆ ขึ้น ทุก ๆ วัน ในเมื่อไม่แสวงหาทางแก้ ธรรมชาติของจิตเป็นของผ่องใสยิ่งกว่าอะไรทั้งหมด แต่อาศัยของปลอม กล่าวคือ อุปกิเลสที่สัญจรเข้ามาปกคลุม จึงทำให้หมดรัศมี ดุจพระอาทิตย์เมื่อเมฆบดบัง

ฉะนั้น อย่าพึงเข้าใจว่า พระอาทิตย์เข้าไปหาเมฆ เมฆไหลมาบดบังพระอาทิตย์ต่างหาก ฉะนั้น ผู้บำเพ็ญเพียรทั้งหลายเมื่อรู้โดยปริยายนี้แล้ว พึงกำจัดของปลอมด้วยการพิจารณาโดยแยบคาย ตามที่อธิบายแล้วในอุบายแห่งวิปัสสนาข้อ ๙ นั้นเถิด เมื่อทำให้ถึงขั้นฐีติจิตแล้วชื่อว่าย่อมทำลายของปลอมได้หมดสิ้น หรือว่าของปลอมย่อมเข้าไม่ถึงฐีติจิต เพราะสะพานเชื่อมต่อถูกทำลายขาดสะบั้นลงแล้ว แม้ยังต้องเกี่ยวข้องกับอารมณ์ของโลกอยู่ก็ย่อมเป็นดุจน้ำกลิ้งบนใบบัว ฉะนั้น

๑๑. การทรมานตนของผู้บำเพ็ญเพียร ต้องให้พอเหมาะกับอุปนิสัย

นายสารถีผู้ฝึกม้ามีชื่อเสียงคนหนึ่งมาเฝ้าพระพุทธเจ้า ทูลถามถึงวิธีทรมานเวไนย พระองค์ทรงย้อนถามนายสารถีก่อนถึงการทรมานม้า เขาทูลว่ามีม้า ๔ ชนิด คือ ๑. ทรมานง่าย ๒. ทรมานอย่างกลาง ๓. ทรมานยากแท้ ๔. ทรมานไม่ได้เลยต้องฆ่าเสีย พระองค์จึงตรัสว่า เราก็เหมือนกัน ๑. ผู้ทรมานง่าย คือผู้ปฏิบัติทำจิตรวมง่าย ให้กินอาหารเพียงพอเพื่อบำรุงร่างกาย ๒. ผู้ทรมานอย่างกลาง คือผู้ทำจิตไม่ค่อยจะลง ให้กินอาหารแต่น้อยอย่าให้มาก ๓. ทรมานยากแท้ คือผู้ปฏิบัติทำจิตลงยากแท้ ไม่ต้องให้กินอาหารเลย แต่ต้องเป็น อตฺตญฺญู รู้กำลังของตนว่า จะทนทานได้สักเพียงไรแค่ไหน ๔. ทรมานไม่ได้เลยต้องฆ่าเสีย คือ ผู้ปฏิบัติทำจิตไม่ได้เป็นปทปรมะ พระองค์ทรงชักสะพานเสีย กล่าวคือ ไม่ทรงสั่งสอนอุปมาเหมือนฆ่าทิ้งเสีย ฉะนั้น

๑๒. มูลติกสูตร

ติก แปลว่า ๓ มูล แปลว่า เค้ามูล-รากเหง้า รวมความว่า สิ่งซึ่งเป็นรากเหง้าเค้ามูลอย่างละ ๓ คือ ราคะ โทสะ โมหะ ๓ เรียกว่าอกุศลมูล ตัณหาก็มี ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา โอฆะ และอาสวะ ก็มีอย่างละ ๓ คือ กามะ ภวะ อวิชชา ถ้าบุคคลมาเป็นไปกับด้วย ๓ เช่นนี้ ติปริวตฺตํ ก็ต้องเวียนไปเป็น ๓-๓ ก็ต้องเป็นโลก ๓ คือ กามโลก รูปโลก อรูปโลก อยู่อย่างนั้นแล เพราะ ๓ เป็นเค้ามูลโลก ๓ เครื่องแก้ก็มี ๓ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อบุคคลดำเนินตนตาม ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นเครื่องแก้ น ติ ปริวตฺตํ ก็ไม่ต้องเวียนไปเป็น ๓-๓ ก็ไม่เป็นโลก ๓ ชื่อว่าพ้นจากโลก ๓ แล

๑๓. วิสุทธิเทวาเท่านั้น เป็นสันตบุคคลแท้ (อกุปฺปํ สพฺพธมฺเมสุ เฌยฺยธมฺมา ปเวสฺสนฺโต)

บุคคลผู้มีจิตไม่กำเริบในกิเลสทั้งปวง รู้ธรรมทั้งหลาย ทั้งที่เป็นพหิทธาธรรมทั้งที่เป็นอัชฌัตติกาธรรม สนฺโต จึงเป็นผู้สงบระงับ สันตบุคคลเช่นนี้แล ที่จะบริบูรณ์ด้วยหิริโอตตัปปะ มีธรรมบริสุทธิ์สะอาด มีใจมั่นคงเป็นสัปบุรุษผู้ทรงเทวธรรมตามความในพระคาถาว่า หิริโอตฺตปฺปสมฺปนฺนา สุกฺกธมฺมสมาหิตา สนฺโต สปฺปุริสา โลเก เทวธมฺมาติ วุจฺจเร อุปัตติเทวาผู้พรั่งพร้อมด้วยกามคุณวุ่นวายอยู่ด้วยกิเลส เหตุไฉนจึงจะเป็นสันตบุคคลได้ ความในพระคาถานี้ย่อมต้องหมายถึงวิสุทธิเทวา คือ พระอรหันต์แน่นอน ท่านผู้เช่นนั้นเป็นสันตบุคคลแท้ สมควรจะเป็นผู้บริบูรณ์ด้วยหิริโอตตัปปะ และสุกธรรม คือ ความบริสุทธิ์แท้

๑๔. อกิริยา เป็นที่สุดโลก – สุดสมมติบัญญัติ (สจฺจานํ จตุโร ปทา ขีณาสวา ชุติมนฺโต เต โลเก ปรินิพฺพุตา)

สัจจธรรมทั้ง ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ยังเป็นกิริยา เพราะแต่ละสัจจะ ๆ ย่อมมีอาการต้องทำ คือทุกข์ – ต้องทำการกำหนดรู้ สมุทัย – ต้องละ, นิโรธ – ต้องทำให้แจ้ง, มรรค – ต้องเจริญให้มาก ดังนี้ ล้วนเป็นอาการที่จะต้องทำทั้งหมด ถ้าเป็นอาการที่จะต้องทำ ก็ต้องเป็นกิริยา เพราะเหตุนั้น จึงรวมความได้ว่าสัจจะทั้ง ๔ เป็นกิริยาจึงสมกับบาทคาถาข้างต้นนั้น ความว่า สัจจะทั้ง ๔ เป็นเท้า หรือเป็นเครื่องเหยียบก้าวขึ้นไป หรือก้าวขึ้นไป ๔ พัก จึงจะเสร็จกิจ ต่อจากนั้นจึงเรียกว่า อกิริยา อุปมาดังเขียนเลข ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๐ แล้วลบ ๑ – ๙ ทิ้งเสีย เหลือแต่ ๐ (ศูนย์) ไม่เขียนอีกต่อไป คงอ่านว่าศูนย์ แต่ไม่มีค่าอะไรเลย จะนำไป บวก ลบ คูณ หาร กับเลขจำนวนใด ๆ ไม่ได้ทั้งสิ้น แต่จะปฏิเสธว่าไม่มีหาได้ไม่ เพราะปรากฏอยู่ว่า ๐ (สูญ) นี่แหละ **คือปัญญารอบรู้** เพราะทำลายกิริยา คือความสมมติ หรือว่าลบสมมติลงเสียจนหมดสิ้น ไม่เข้าไปยึดถือสมมติทั้งหลาย คำว่า ลบ คือทำลายกิริยา กล่าวคือ ความสมมติ มีปัญหาสอดขึ้นว่า เมื่อทำลายสมมติหมดแล้ว จะไปอยู่ที่ไหน ? แก้ว่า ไปอยู่ในที่ไม่มีสมมติ คืออกิริยานั่นเอง เนื้อความตอนนี้เป็นการอธิบายตามอาการของความเป็นจริง ซึ่งประจักษ์แก่ผู้ปฏิบัติโดยเฉพาะ อันผู้ไม่ปฏิบัติอาจหารู้ได้ไม่ ต่อเมื่อไรฟังแล้วทำตามจึงรู้เองเห็นเองนั่นแหละจึงจะเข้าใจได้

ความแห่ง ๒ บาทคาถาต่อไปว่า พระขีณาสวเจ้าทั้งหลายดับโลก ๓ รุ่งโรจน์อยู่ คือทำการพิจารณาบำเพ็ญเพียร เป็น ภาวิโต

พหุกลีโต คือทำให้มากเจริญให้มาก จนจิตมีกำลังสามารถพิจารณาสมมติทั้งหลาย ทำลายสมมติทั้งหลายลงไปได้ จนเป็น อกิริยา ก็ย่อมดับโลก ๓ ได้ การดับโลก ๓ นั้น ท่านขีณาสวเจ้าทั้งหลาย มิได้เหาะขึ้นไปในกามโลก รูปโลก อรูปโลกเลยทีเดียว คงอยู่กับที่นั่นเอง แม้พระบรมศาสดาของเราก็เช่นเดียวกัน พระองค์ประทับนั่งอยู่ ณ ควงไม้โพธิพฤกษ์แห่งเดียว เมื่อจะดับโลก ๓ ก็มิได้เหาะขึ้นไปในโลก ๓ คงดับอยู่ที่จิต ๆ นั่นเองเป็นโลก ๓ ฉะนั้นท่านผู้ต้องการดับโลก ๓ พึงดับที่จิตของตน ๆ จนทำลายกิริยา คือตัวสมมติหมดสิ้นจากจิต ยังเหลือแต่อกิริยา เป็นฐีติจิต ฐีติธรรม อันไม่รู้จักตายฉะนี้แล

๑๕. สัตตาวาส ๙

เทวาพิภพ มนุสสโลก อบายโลก จัดเป็นกามโลกที่อยู่อาศัยของสัตว์เสพกามรวมเป็น ๑ รูปโลกที่อยู่อาศัยของสัตว์ผู้สำเร็จรูปฌานมี ๔ อรูปโลกที่อยู่อาศัยของสัตว์ผู้สำเร็จอรูปฌานมี ๔ รวมทั้งสิ้นเป็น ๙ เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ ผู้มารู้เท่าสัตตาวาส ๙ กล่าวคือ พระขีณาสวเจ้าทั้งหลาย ย่อมจากที่อยู่ของสัตว์ ไม่ต้องอยู่ในที่ ๙ แห่งนี้ และปรากฏในสามเณรปัญหาข้อสุดท้ายว่า ทสนามกึ อะไร ชื่อว่า ๑๐ แก้ว่า ทสองฺเคหิ สมนฺนาคโต พระขีณาสวเจ้าผู้ประกอบด้วยองค์ ๑๐ ย่อมพ้นจากสัตตวาส ๙ ความข้อนี้คงเปรียบได้กับการเขียนเลข ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๐ นั่นเอง ๑ ถึง ๙ เป็นจำนวนที่นับได้อ่านได้ บวกลบคูณหารกันได้ ส่วน ๑๐ ก็คือเลข ๑ กับ ๐ (ศูนย์) เราจะเอา ๐ (ศูนย์) ไปบวกลบคูณหารกับเลขจำนวนใด ๆ ก็ไม่ทำให้เลขจำนวน

นั้นมีค่าสูงขึ้น และ ๐ (ศูนย์) นี้ เมื่ออยู่โดยลำพังก็ไม่มีค่าอะไร แต่จะว่าไม่มีก็ไม่ได้ เพราะมันเป็นสิ่งปรากฏอยู่ ความเปรียบนี้ฉันใด จิตใจก็ฉันนั้น เป็นธรรมชาติมีลักษณะเหมือน ๐ (ศูนย์)ๆ เมื่อนำไปต่อเข้ากับเลขตัวใด ย่อมทำให้เลขตัวนั้นเพิ่มค่าขึ้นอีกมาก เช่น เลข ๑ เมื่อเอา ๐ (ศูนย์) ต่อเข้าก็กลายเป็น ๑๐ (สิบ) จิตใจนี้ก็เหมือนกัน เมื่อต่อเข้ากับสิ่งทั้งหลาย ก็กลายเป็นของวิจิตรพิสดารมากมายขึ้นทันที แต่เมื่อได้รับการฝึกฝนอบรมจนฉลาด ให้รู้สรรพ-เญยยธรรมแล้ว ย่อมกลับคืนสู่สภาพ ๐ (ศูนย์) คือว่างโปร่งพ้นจากการนับการอ่านแล้วมิได้อยู่ในที่ ๙ แห่ง อันเป็นที่อยู่ของสัตว์ แต่อยู่ในที่หมดสมมติบัญญัติ คือสภาพ ๐ (ศูนย์) หรืออกิริยา ดังกล่าวในข้อ ๑๔ นั่นเอง

๑๖. ความสำคัญของปฐมเทศนา มัชฌิมเทศนา และปัจฉิมเทศนา

พระธรรมเทศนาของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าใน ๓ กาล มีความสำคัญยิ่ง อันพุทธบริษัทควรสนใจพิจารณาเป็นพิเศษ คือ :–

ก. *ปฐมโพธิกาล* ได้ทรงแสดงธรรมแก่พระปัญจวัคคีย์ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมืองพาราณสีเป็นครั้งแรก เป็นปฐมเทศนา เรียกว่า "ธรรมจักร" เบื้องต้นทรงยกส่วนสุด ๒ อย่างอันบรรพชิตไม่ควรเสพขึ้นแสดงว่า "เทฺว เม ภิกฺขเว อนฺตา ปพฺพชิเตน น เสวิ-ตพฺพา ภิกษุทั้งหลาย ส่วนสุด ๒ อย่าง อันบรรพชิตไม่พึงเสพ คือกามสุขัลลิกา และอัตตกิลมถา" อธิบายว่า กามสุขัลลิกาเป็นส่วนแห่งความรัก อัตตกิลมถา เป็นส่วนแห่งความชัง ทั้งสองส่วนนี้เป็นตัว

สมุทัย เมื่อผู้บำเพ็ญตบธรรมทั้งหลายโดนอยู่ซึ่งส่วนทั้งสองนี้ชื่อว่า ยังไม่เข้าทางกลาง เพราะเมื่อบำเพ็ญเพียรพยายามทำสมาธิจิตสงบ สบายดีเต็มที่ก็ดีใจ ครั้นเมื่อจิตนึกคิดให้ฟุ้งซ่านรำคาญก็เสียใจ ความดีใจนั้น คือกามสุขัลลิกา ความเสียใจนั้นคืออัตตกิลมถา ความดีใจเป็นราคะ ความเสียใจเป็นโทสะ ความไม่รู้เท่าราคะโทสะทั้งสองนี้ เป็นโมหะ ฉะนั้นผู้ที่พยายามประกอบความเพียร ในเบื้องแรกก็ต้องกระทบส่วนสุดทั้ง ๒ นั้นแลก่อน ถ้าเมื่อกระทบส่วน ๒ นั้นอยู่ชื่อว่า ผิดอยู่ แต่เป็นธรรมดาแท้ทีเดียว ต้องผิดเสียก่อนจึงถูก แม้พระบรมศาสดาแต่ก่อนนั้น พระองค์ก็ผิดมาเต็มที่เหมือนกัน แม้พระอัครสาวกทั้ง ๒ ก็ซ้ำเป็นมิจฉาทิฏฐิมาแล้ว แม้สาวกทั้งหลายเหล่าอื่น ๆ ก็ล้วนแต่ผิดมาแล้วทั้งนั้น ต่อเมื่อพระองค์มาดำเนินทางกลาง ทำจิตอยู่ภายใต้ร่มโพธิพฤกษ์ ได้ญาณ ๒ ใน ๒ ยามเบื้องต้นในราตรี ได้ญาณที่ ๓ กล่าวคือ อาสวักขยญาณ ในยามใกล้รุ่งจึงได้ถูกทางกลางอันแท้จริง ทำจิตของพระองค์ให้พ้นจากความผิด กล่าวคือ ส่วนสุดทั้ง ๒ นั้น พ้นจากสมมติโคตร สมมติชาติ สมมติวาส สมมติวงศ์ และสมมติประเพณีถึงความเป็นอริยโคตร อริยชาติ อริยวาส อริยวงศ์ และอริยประเพณี ส่วนอริยสาวกทั้งหลายนั้นเล่า ก็มารู้ตามพระองค์ ทำให้อาสวักขยญาณพ้นจากความผิดตามพระองค์ไป ส่วนเราผู้ปฏิบัติอยู่ในระยะแรก ๆ ก็ต้องผิดเป็นธรรมดา แต่เมื่อผิดก็ต้องรู้เท่าและทำให้ถูก เมื่อยังมีดีใจเสียใจในการบำเพ็ญบุญกุศลอยู่ก็ตกอยู่ในโลกธรรม เมื่อตกอยู่ในโลกธรรม จึงเป็นผู้หวั่นไหวไปมา อุปฺปนฺโน โข เม โลกธรรมจะเกิดที่ไหน เกิดที่เรา โลกธรรมมี ๘ มรรคคือเครื่องแก้ก็มี ๘ มรรค ๘ เป็นเครื่องแก้โลกธรรม ๘ ฉะนั้น พระองค์จึง

ทรงแสดงมัชฌิมาปฏิปทาแก้ส่วน ๒ เมื่อแก้ส่วน ๒ ได้แล้ว ก็เข้าสู่อริยมรรค ตัดกระแสโลก ทำใจให้เป็น จาโคปฏินิสฺสคฺโค มุตฺติอนาลโย (สละสลัดตัดขาดวางใจหายห่วง) รวมความว่า เมื่อส่วน ๒ ยังมีอยู่ในใจผู้ใดแล้ว ผู้นั้นก็ยังไม่ถูกทาง เมื่อผู้มีใจพ้นจากส่วนทั้ง ๒ แล้ว ก็ไม่หวั่นไหว หมดธุลีเกษมจากโยคะ จึงว่าเนื้อความแห่งธรรมจักรสำคัญมาก พระองค์ทรงแสดงธรรมจักรนี้ยังโลกธาตุให้หวั่นไหว จะไม่หวั่นไหวอย่างไร เพราะมีใจความสำคัญอย่างนี้ โลกธาตุก็ไม่ใช่อะไรอื่น คือตัวเรานี้เอง ตัวเราก็คือธาตุของโลก หวั่นไหวเพราะเห็นในของที่ไม่เคยเห็น เพราะจิตพ้นจากส่วน ๒ ธาตุของโลกจึงหวั่นไหว หวั่นไหวเพราะไม่มาก่อธาตุของโลกอีกแล

ข. *มัชฌิมโพธิกาล* ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ในชุมนุมพระอรหันต์ ๑๒๕๐ องค์ ณ พระราชอุทยานเวฬุวันกลันทกนิวาปสถาน กรุงราชคฤห์ ใจความสำคัญตอนหนึ่งว่า อธิจิตฺเต จ อาโยโค เอตํ พุทฺธาน สาสนํ พึงเป็นผู้ทำจิตให้ยิ่ง การที่จะกระทำจิตให้ยิ่งได้ต้องเป็นผู้สงบระงับ อิจฺฉา โลภสมาปนฺโน สมโณ กึ ภวิสฺสติ เมื่อประกอบด้วยความอยาก ดิ้นรนโลภหลงอยู่แล้วจักเป็นผู้สงบระงับได้อย่างไร ? ต้องเป็นผู้ปฏิบัติ คือปฏิบัติพระวินัยเป็นเบื้องต้น และเจริญกรรมฐานตั้งต้นแต่เดินจงกรม นั่งสมาธิ ทำให้มาก เจริญให้มาก ในการพิจารณามหาสติปัฏฐาน มีกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นเบื้องแรก พึงพิจารณาส่วนแห่งร่างกายโดยอาการแห่งบริกรรมสวนะ คือพิจารณาโดยอาการคาดคะเน ว่าส่วนนั้นเป็นอย่างนั้น ด้วยการมีสติสัมปชัญญะไปเสียก่อน เพราะเมื่อพิจารณาเช่นนี้ ใจไม่ห่างจากกาย ทำให้รวมง่าย เมื่อทำให้มากในการบริกรรมสวนะแล้วจักเกิดขึ้นซึ่ง

อุคคหนิมิต ให้ชำนาญในที่นั้นจนให้เป็นปฏิภาค ชำนาญในปฏิภาคโดยยิ่งแล้วจักเป็นวิปัสสนา เจริญวิปัสสนา จนเป็นวิปัสสนาอย่างอุกฤษฏ์ ทำจิตเข้าถึง ฐีติภูตํ ดังกล่าวแล้วในอุบายแห่งวิปัสสนาชื่อว่าปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติแล้ว โมกฺขํ จึงข้ามพ้น คือพ้นจากโลกชื่อว่าโลกุตตรธรรม เขมํ จึงเกษมจากโยคะ (เครื่องร้อย) ฉะนั้น เนื้อความในมัชฌิมเทศนาจึงสำคัญ เพราะเล็งถึงวิมุตติธรรมด้วยประการฉะนี้แลฯ

ค. *ปัจฉิมโพธิกาล* ทรงแสดงปัจฉิมเทศนาในที่ชุมนุมพระอริยสาวก ณ พระราชอุทยานสาลวัน ของมัลลกษัตริย์กรุงกุสินารา ในเวลาจวนจะปรินิพพานว่า หนฺททานิ อามนฺตยามิ โว ภิกฺขเว ปฏิเวทยามิ โว ภิกฺขเว ขยวยธมฺมา สงฺขารา อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ เราบอกท่านทั้งหลายว่า จงเป็นผู้ไม่ประมาท พิจารณาสังขารที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมไป เมื่อท่านทั้งหลายพิจารณาเช่นนั้นจักเป็นผู้แทงตลอด พระองค์ตรัสพระธรรมเทศนาเพียงเท่านี้ ไม่ตรัสอะไรต่อไปอีกเลย จึงเรียกว่าปัจฉิมเทศนา อธิบายความต่อไปว่า สังขารมันเกิดขึ้นที่ไหน ? อะไรเป็นสังขาร สังขารมันเกิดขึ้นที่จิตของเราเอง เป็นอาการของจิตพาให้เกิดขึ้นซึ่งสมมติทั้งหลายสังขารนี้แลเป็นตัวการสมมติบัญญัติสิ่งทั้งหลายในโลก ความจริงของในโลกทั้งหลายหรือธรรมธาตุทั้งหลาย เขามีเขาอยู่อย่างนั้น แผ่นดิน ต้นไม้ ภูเขา ฟ้าแดด เขาไม่ได้ว่าเขาเป็นอะไรเลย ตลอดจนตนตัวมนุษย์ก็เป็นธาตุของโลก เขาไม่ได้ว่าเขาเป็นนั้นเป็นนี้เลย เจ้าสังขารตัวการนี้เข้าไปปรุงแต่งว่าเขาเป็นนั้นเป็นนี้ จึงหลงกันว่าเป็นจริง ถือเอาว่าเป็นเราเป็นของๆเราเสียสิ้นจึงมีราคะ โทสะ โมหะ เกิดขึ้น ทำจิตดั้งเดิมให้

หลงตามไป เกิด แก่ เจ็บ ตาย เวียนว่ายไปไม่มีที่สิ้นสุด เป็นอเนกภพอเนกชาติ เพราะเจ้าสังขารนั่นแลเป็นตัวเหตุ จึงทรงสอนให้พิจารณาสังขารว่า สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา ให้เป็นปรีชาญาณชัดแจ้ง เกิดจากผลแห่งการเจริญปฏิภาคเป็นส่วนเบื้องต้น จนทำจิตให้เข้าภวังค์ เมื่อกระแสแห่งภวังค์หายไป มีญาณเกิดขึ้นว่า "นั้นเป็นอย่างนั้น เป็นสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์" เกิดขึ้นในจิตจริง ๆ จนชำนาญเห็นจริงแจ้งประจักษ์ ก็รู้เท่าสังขารได้ สังขารก็จะมาปรุงแต่งให้ จิตกำเริบอีกไม่ได้ ได้ในคาถาว่า อกุปฺปํ สพฺพธมฺเมสุ เฌยฺยธมฺมา ปเวสฺสนฺโต เมื่อสังขารปรุงแต่งจิตไม่ได้แล้วก็ไม่กำเริบรู้เท่าธรรมทั้งปวง สนฺโต ก็เป็นผู้สงบระงับ ถึงซึ่งวิมุตติธรรมด้วยประการฉะนี้

ปัจฉิมเทศนานี้เป็นคำสำคัญแท้ ทำให้ผู้พิจารณารู้แจ้งถึงที่สุด พระองค์จึงได้ปิดพระโอษฐ์แต่เพียงนี้ พระธรรมเทศนาใน ๓ กาลนี้ย่อมมีความสำคัญเหนือความสำคัญในทุก ๆ กาล ปฐมเทศนาก็เล็งถึงวิมุตติธรรม มัชฌิมเทศนาก็เล็งถึงวิมุตติธรรม ปัจฉิมเทศนาก็เล็งถึงวิมุตติธรรม รวมทั้ง ๓ กาล ล้วนแต่เล็งถึงวิมุตติธรรมทั้งสิ้น ด้วยประการฉะนี้

๑๗. พระอรหันต์ทุกประเภท บรรลุทั้งเจโตวิมุตติ ทั้งปัญญาวิมุตติ ย่อมบำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์

อนาสวํ เจโตวิมุตฺติ ปญฺญาวิมุตฺติ ทิฏฺเฐว ธมฺเม สุขํ อภิญฺญา สจฺฉิกตฺวา อุปสมฺปชฺช วิหรติ พระบาลีผู้แสดงว่า พระอรหันต์ทั้งหลายไม่ว่าประเภทใด ย่อมบรรลุทั้งเจโตวิมุตติ ทั้งปัญญาวิมุตติที่

ปราศจากอาสวะในปัจจุบันนี้ หรือปัญญาวิมุตติ ไม่ได้แบ่งแยกไว้ว่า ประเภทนี้บรรลุแต่เจโตวิมุตติ ที่เกจิอาจารย์แต่งอธิบายไว้ว่า เจโตวิมุตติเป็นของพระอรหันต์ผู้ได้สมาธิมาก่อน ส่วนปัญญาวิมุตติเป็นของพระอรหันต์ สุขวิปัสสกะ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ไม่ได้สมาธิมาก่อนนั้น ย่อมขัดแย้งต่อมรรค มรรคประกอบด้วยองค์ ๘ มีทั้งสัมมาทิฏฐิ ทั้งสัมมาสมาธิ ผู้จะบรรลุวิมุตติธรรม จำต้องบำเพ็ญมรรค ๘ บริบูรณ์ มิฉะนั้นก็บรรลุวิมุตติธรรมไม่ได้ ไตรสิกขามีทั้งสมาธิ ทั้งปัญญา อันผู้จะได้อาสวักขยญาณจำต้องบำเพ็ญไตรสิกขาให้บริบูรณ์ทั้ง ๓ ส่วน ฉะนั้นจึงว่า พระอรหันต์ทุกประเภท ทั้งเจโต-วิมุตติ ทั้งปัญญาวิมุตติ ย่อมบำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์ ด้วยประการฉะนี้

โอวาท

ของ

ท่าน พระธมฺมวิตกฺโกภิกฺขุ

(เจ้าคุณนรรัตนราชมานิต)

วัดเทพศิรินทราวาส

---

๑ "PERSONAL MAGNET"

เรื่องที่มีคนเมตตากรุณา เห็นอกเห็นใจนั้น เป็นเพราะ คุณธรรมความดีของตนเอง หลายประการด้วยกัน เป็นต้นว่า วิริยะ อุตสาหะ บากบั่น เข็มแข็ง แรงกล้า และ จิตใจเมตตากรุณาไม่เย่อหยิ่งจองหองเป็นเหตุให้ผู้ที่แวดล้อมอยู่ เกิดความเมตตากรุณารักใคร่ เห็นอกเห็นใจ คิดที่จะช่วยเหลือ

คนซึ่งมี กิริยามารยาทอ่อนโยน สุภาพนิ่มนวลย่อมเป็นที่เสน่หารักใคร่ของคนที่ได้พบเห็น และพยายามที่จะช่วยเหลือ นี่เป็น Personal Magnet คือเสน่ห์ในตัวของตัวเอง เพราะฉะนั้น จงพยายามรักษาคุณสมบัติดังกล่าวนี้ไว้ จะเป็นเครื่องช่วยตัวเองให้บรรลุความสำเร็จสมประสงค์ทุกประการ ทุกกาลเวลา ทั้งปัจจุบันและอนาคต

๒. เมตตา

อย่ากลัว จงรักษาตัวให้บริสุทธิ์ ไม่มีอะไรทำอันตรายได้

จงจำไว้ว่า ถ้าปรารถนาความเมตตาและความเห็นอกเห็นใจจากผู้อื่น ก็ควรส่งกระแสใจที่ประกอบด้วยความเมตตา และความเห็นอกเห็นใจไปยังท่านเหล่านั้น แล้วก็จะได้รับความเมตตาและความ

เห็นอกเห็นใจจากท่านเหล่านั้นเช่นเดียวกัน นี่เป็นกฎของจิตตานุภาพ แล้วความสำเร็จทั้งหลายที่ปรารถนา ก็จะบังเกิดแก่ตนสมประสงค์ทุกประการเป็นแน่นอน ไม่ต้องสงสัยเลย

๓. สบายใจ

คำว่า "ไม่สบายใจ" อย่าใช้ และอย่าให้มีขึ้นในใจต่อไป "Let it go and get it out !" ก่อนมันจะเกิดต้อง Let it go ! ปล่อยให้มันผ่านไปอย่ารับเอาความไม่สบายใจไว้ ถ้าเผลอไปมันแอบเข้ามาอยู่ในใจได้ พอมีสติรู้สึกตัวว่าความไม่สบายใจเข้ามาแอบอยู่ในใจ ต้อง Get it out ! ขับมันออกไปทันที อย่าเลี้ยงเอาความไม่สบายใจไว้ในใจ มันจะเคยตัว ทีหลังจะเป็นคนอ่อนแอออดแอด ทำอะไรผิดพลาดนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ไม่สบายใจเคยตัว เพราะความไม่สบายใจนี้แหละเป็นศัตรู เป็นมารทำให้ใจไม่สงบ ประสาทสมองไม่ปกติ เป็นเหตุให้ร่างกายผิดปกติ พลอยไม่สงบไม่สบายด้วย ทำให้สมองทึบไม่ปลอดโปร่ง เป็น habit ความเคยชินที่ไม่ดี เป็นอุปสรรคกีดกั้นขัดขวางสติปัญญาไม่ให้ปลอดโปร่งแจ่มใส ต้องฝึกหัดแก้ไขปรับปรุงจิตใจเสียใหม่ ทั้งก่อนที่จะทำอะไรหรือกำลังกระทำอยู่ และเมื่อเวลากระทำเสร็จแล้ว ต้องหัดให้จิตใจแช่มชื่นรื่นเริง เกิดปีติปราโมทย์เป็นสุขสบายอยู่เสมอ เป็นเหตุให้เกิดกำลังกายกำลังใจ Enjoy living มีชีวิตอยู่ด้วยความเบิกบาน สมองจึงจะเบิกบาน จะศึกษาเล่าเรียนก็เข้าใจจำได้ง่าย เหมือนดอกไม้ที่แย้มเบิกบานต้อนรับหยาดน้ำค้างและอากาศอันบริสุทธิ์ฉะนั้น

๔. สันติสุข

พระพุทธเจ้าสอนว่า **"นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ"**

"สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี"

หมายความว่า ความสุขอื่นมี เช่นความสุขในการดูละคร ดูหนัง ในการเข้าสังคม Social ในการมีคู่รักคู่ครอง หรือในการมีลาภยศ ได้รับความสุข สรรเสริญและได้รับความสุขจากสิ่งเหล่านี้ ก็สุขจริง

แต่ว่า สุขเหล่านี้มีทุกข์ซ้อนอยู่ทุกอย่าง ต้องคอยแก้ไขปรับปรุงกันอยู่เสมอ

ไม่เหมือนกับความสุขที่เกิดจากสันติความสงบ ซึ่งเป็นความสุขที่เยือกเย็น และไม่ซ้อนด้วยความทุกข์ และไม่ต้องแก้ไขปรับปรุงตกแต่งมาก

เป็นความสุขที่ทำได้ง่าย ๆ

เกิดกับกายใจของเรานี่เอง

อยู่ในที่เงียบ ๆ คนเดียว ก็ทำได้ หรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมสังคมก็ทำได้ ถ้าเรารู้จักแยก **ใจ** หาสันติสุข กายนี้ก็เพียงสักแต่ว่าอยู่ในที่ระคนด้วยความยุ่ง สิ่งแวดล้อมเหล่านั้นไม่ยุ่งมาถึง **ใจ**

แม้เวลาเจ็บหนัก มีทุกขเวทนาปวดร้าวไปทั่วกาย แต่เรารู้จักทำ **ใจ** ให้เป็นสันติสุขได้ ความเจ็บนั้นก็ไม่สามารถจะทำใจให้ **ใจ** เดือดร้อนตามไปด้วย

เมื่อ **ใจ** สงบแล้ว กลับจะทำให้กายนั้นสงบ หายทุกขเวทนาได้ด้วย

และประสบสันติสุข ซึ่งไม่มีสุขอื่นยิ่งกว่าสันติสุขนั้น พระพุทธเจ้าสอนให้ฝึก เป็น ๓ ทาง คือ

๑. สอนให้สงบกาย วาจา ด้วย ศีล ไม่ทำโทษทุจริตอย่างหยาบที่เกิดทาง กาย วาจา เป็นเหตุให้เกิดสันติสุขทางกาย วาจา เป็นประการต้น

๒. สอนให้ฝึกหัดให้เกิดสันติสุขทางใจ ด้วย สมาธิ หัดใจไม่ให้คิดถึงเรื่องความกำหนัด

ความโกรธ

ความโลภ

ความหลง

ความกลัว

ความฟุ้งซ่านรำคาญ

ความลังเลใจ ทำให้ใจไม่เด็ดเดี่ยว ไม่เด็ดขาด เมื่อละสิ่งเหล่านี้ได้ เป็นเหตุให้ใจสงบ เป็นสันติสุขทางใจอีกประการหนึ่ง

๓. ทรงสอนให้ฝึกหัดให้เกิดสันติสุขทางทิฏฐิ ความเห็นด้วยปัญญา พิจารณาให้เห็นว่า

สรรพสิ่งทั้งหลายไม่แน่นอน เป็น อนิจจัง ไม่เที่ยงคงทนอยู่ไม่ได้ ต้องเสื่อมสิ้นแปรปรวนดับไป เรียกว่าเป็นทุกข์

ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา อ้อนวอน ขอร้อง เร่งรัดให้เป็นไปตามความประสงค์ ท่านเรียกอนัตตา

เมื่อเรารู้เห็นความเป็นจริงเช่นนี้ จะทำให้จิตใจของเราเข้มแข็งมั่นคง เด็ดเดี่ยว ไม่หวั่นไหวไปตามเหตุการณ์ทั้งหลาย

เพราะรู้เห็นตามความเป็นจริงด้วย ปัญญา ว่าสิ่งเหล่านั้นมันไม่แน่นอน

มันคงอยู่ไม่ได้ ต้องเปลี่ยนแปลง เมื่อสิ้นดับไป
ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาผ่าผืนของเรา
อย่าไปเร่งรัดให้เสียกำลังใจ
จงรักษาใจให้เป็นอิสระมั่นคงอยู่เสมอ
ไม่หวั่นไหวไปตามเหตุการณ์เหล่านั้น
เป็นเหตุให้ใจตั้งอยู่ในสันติสุข

เป็นอิสระ เกิดอำนาจทางจิต Mind Power ที่จะใช้ทำกรณียะอันเป็นหน้าที่ของตนได้สำเร็จสมประสงค์

"นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ"
สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี

It needs a Peaceful Mind to support a Peaceful Body ; and it needs a Peaceful Body to support a Peaceful Mind, and it needs Both Peaceful Body and Mind to attain all success that which you wish

๕. ทำอะไรไม่ผิดเลย ก็คือไม่ทำอะไรเลย
"DO NO WRONG IS DO NOTHING"

จงระลึกถึงคติพจน์ ว่า "Do no wrong is do nothing" "ทำอะไรไม่ผิดเลย ก็คือไม่ทำอะไรเลย!"

ความผิดนี้แหละ เป็นครูอย่างดี ควรจะรู้สึกบุญคุณของตัวเองที่ทำอะไรผิดพลาด และควรสบายใจที่ได้พบกับอาจารย์ผู้วิเศษคือความผิด จะได้ตรงกับคำว่า "เจ็บแล้วต้องจำ!" ตัวทำเอง ผิดเอง นี้แหละ

เป็นอาจารย์ผู้วิเศษเป็น Good example ตัวอย่างที่ดี เพื่อจะได้จดจำไว้สังวรระวังไม่ให้ผิดต่อไป แล้วตั้งต้นใหม่ด้วยความไม่เลินเล่อเผลอประมาท อดีตที่ผิดไปแล้วก็ผ่านพ้นล่วงเลยไปแล้ว แต่อาจารย์ผู้วิเศษยังคงอยู่คอยกระซิบเตือนใจอยู่เสมอทุกขณะว่า "ระวัง! อย่าประมาทนะ! อย่าให้ผิดพลาดเช่นนั้นอีกนะ!"

ผิดหนึ่งพึงจดไว้ ในสมอง
เร่งระวังผิดสอง ภายหน้า
สามผิดเร่งคิดตรอง จงหนัก เพื่อนเอย
ถึงสี่อีกทีห้า หกซ้ำอภัยไฉน!

จงสังเกตพิจารณาดูให้ดีเถิด จะเห็นได้ว่า นักค้นคว้าวิทยาศาสตร์ทางโลกก็ดี และท่านผู้วิเศษที่เป็นศาสดาจารย์ในทางธรรมทั้งหลายก็ดี ล้วนแต่ผ่านพ้นอุปสรรคความผิดพลาดนับครั้งไม่ถ้วนมาแล้วด้วยกันทุกท่าน

๖. สติ สัมปชัญญะ

(ความระลึกได้ และความรู้ตัว)

ที่จะทำอะไรไม่ผิดนั้น ข้อสำคัญอยู่ที่สติ ถ้ามีสติคุ้มครองกายวาจาใจอยู่ทุกขณะ จะทำอะไรไม่ผิดพลาดเลย ที่ผิดพลาดเพราะขาดสติ คือ เผลอ เหม่อ เลินเล่อ ประมาทระเริง หลงลืม จึงผิดพลาด จงนึกถึงคติพจน์ว่า "คุมสติต่างโล่ป้อง อาจแกล้วกลางสนาม"

ธรรมดาชีวิตทุกชนิด ทั้งมนุษย์และสัตว์ ตลอดทั้งพืชพันธุ์พฤกษาชาติ เป็นอยู่ได้ด้วยการต่อสู้ตรงกับคำว่า "Life is fighting" "ชีวิตคือการต่อสู้" เมื่อต่อสู้ไม่ไหว ขณะใดก็ต้องถึงที่สุดแห่งชีวิต

คือ death ความตาย เพราะฉะนั้นยังมีสติอยู่ตราบใด ถึงตายก็ตายแต่กาย เช่นกับชีวิตของพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ท่านมีสติไพบูลย์อยู่ทุกขณะจิต ท่านจึงทำอะไรไม่ผิดและถึงซึ่งอมตธรรม คือธรรมที่ไม่ตาย ตรงกับคำว่า immortal จึงเรียกว่า ปรินิพพาน คือนามรูปสังขารร่างกายที่เรียกว่าเบญจขันธ์ ขันธ์ ๕ คือ **รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** แตกดับไปเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ควรฝึกฝนสติ (ความระลึก ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด) สัมปชัญญะ (รู้ตัวอยู่ทุกขณะที่กำลังทำอยู่ พูดอยู่ คิดอยู่) เมื่อทำเสร็จแล้วก็มีสติตรวจตราพิจารณาดูว่าบกพร่องอย่างไร หรือเรียบร้อยบริบูรณ์ดี ถ้าบกพร่องก็รีบแก้ไขเพื่อให้สมบูรณ์ต่อไป ถ้าเรียบร้อยดีอยู่แล้ว ก็พยายามให้เรียบร้อยดียิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงที่สุด

๗. อานุภาพของไตรสิกขา
คือ
ศีล สมาธิ ปัญญา

ด้วยอานุภาพของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญานี้แล จึงชนะข้าศึก คือกิเลสอย่างหยาบ อย่างกลาง และอย่างละเอียดได้!

๑. ชนะความหยาบคาย ซึ่งเป็นกิเลสอย่างหยาบที่ล่วงทางกายวาจาได้ ด้วยศีล!

ชนะความยินดียินร้าย หลงรัก หลงชัง ซึ่งเป็นกิเลสอย่างกลางที่เกิดในใจได้ ด้วยสมาธิ!

ชนะความเข้าใจผิด รู้ผิด เห็นผิด จากความเป็นจริงของสังขารซึ่งเป็นกิเลสอย่างละเอียดได้ ด้วยปัญญา!

๒. ผู้ใดศึกษาและปฏิบัติตามไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นี้โดยพร้อมมูล บริบูรณ์ สมบูรณ์แล้ว ผู้นั้นจึงเป็นผู้พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้เป็นแน่นอน ไม่ต้องสงสัยเลย

เพราะฉะนั้น จึงควรสนใจ เอาใจใส่ ตั้งใจศึกษาและปฏิบัติตามไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญานี้ ทุกเมื่อเทอญ.

๘. ดอกมะลิ

ดอกมะลิ เป็นดอกไม้ที่ถูกรับรองแล้วว่าเป็นดอกไม้ที่หอมเย็นชื่นใจที่สุดและขาวบริสุทธิ์ ในบรรดาดอกไม้ทั้งหลาย

ชีวิตของมนุษย์ที่เป็นอยู่ก็เช่นเดียวกับการเล่นละคร ขอให้เป็นตัวเอกที่มีชื่อเสียงที่สุด เช่นเดียวหรือลักษณะเดียวกับดอกมะลิ อย่าเป็นตัวผู้ร้ายที่เลวที่สุด และให้เห็นว่าดอกมะลินี้จะบานเต็มที่เพียง ๒–๓ วัน ก็จะเหี่ยวเฉาไป

ฉะนั้นขอให้ทำตัวให้ดีที่สุด เมื่อยังมีชีวิตอยู่ให้หอมที่สุดเหมือนดอกมะลิที่เริ่มแย้มบานฉะนั้น

"จงเลือกทำแต่กรรมที่ดี ๆ"

๙. "ทำดี ดีกว่าขอพร"

"จงเลือกทำแต่กรรมที่ดี ๆ นะ!"

เตือนให้เตรียมตัวไว้ดำเนินชีวิตต่อไปเป็นคำแทนคำอวยพรอย่างสูงสุดประกอบด้วยเหตุผล เมื่อทำกรรมดีแล้วไม่ให้พรก็ต้องดี เมื่อทำชั่วแล้วจะมาเสกสรรปั้นแต่งอวยพรอย่างไรก็ดีไม่ได้ ทำชั่วเหมือนโยนหินลงน้ำ หินจะต้องจมทันที ไม่มีผู้วิเศษใด ๆ จะมาเสก

เบ่าอวยพรอ้อนวอนขอร้องให้หินลอยน้ำขึ้นมาได้ ทำกรรมชั่วจะต้องล่มจนบ่นบี้เสียราศีเกียรติคุณชื่อเสียง เหมือนก้อนหินหนักจมลงไปอยู่กับโคลนใต้น้ำ ทำดีเหมือนน้ำมันเบา เมื่อเทลงน้ำ ย่อมลอยเป็นประกายมันปลาบอยู่เหนือน้ำ

ทำกรรมดีย่อมมีสง่าราศี มีเกียรติคุณชื่อเสียง มีแต่คนเคารพนับถือยกย่องบูชาเพื่องฟุ้งฟูลอยน้ำ เหมือนน้ำมันลอย ถึงจะมีศัตรูหมู่ร้ายจงใจเกลียดชังมุ่งร้ายอิจฉาริษยาแช่งด่าให้จม ก็ไม่สามารถจะเป็นไปได้ กลับจะแพ้เป็นภัยแก่ตัวเอง ขอให้จงตั้งใจกล้าหาญพยายามทำแต่กรรมดีๆ โดยไม่มีความเกรงกลัวหวั่นไหวต่ออุปสรรคใดๆ ทั้งสิ้น ผู้ที่มีความเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย ผู้ที่มีความสุขและผู้ที่มีความเจริญประสงค์ใดสำเร็จสมประสงค์ ก็คือผู้ที่ประกอบกรรม ทำแต่ความดีอย่างเดียวนั่นเอง

โอวาทของหลวงปู่แหวน

วัดดอยแม่ปั๋ง

---

๑๐ ธันวาคม ๒๕๑๕

....เทศน์ภายในเลยมันจึงเหมาะ ถ้าเทศน์ภายนอกนี่มันคล้ายกับแผนที่ตำรับตำรา พอปานกับเครื่องกระจายเราต้องเทศน์ภายใน

....จะเอาอย่างใดอีก ตำรับตำราทางบ้านท่านฟั่งมาเต็มที่แล้ว จะฟั่งก็ในกายเท่านั้นแหละ ทีนี้ **ให้ภาวนา เอากายเป็นมรรค เอากายเป็นผล** จงพากันละอุปาทานทั้ง ๕ อนิจจังทั้ง ๕ ทุกขังทั้ง ๕ อนัตตาทั้ง ๕ ละรูปธรรมนามธรรมนี้ **วางได้มันก็เป็นธรรมนั้นแหละ** วางไม่ได้มันก็ยึดเอา รูปธรรมนามธรรมเป็นตนเป็นตัว มันก็เป็น **ทำเมา** อยู่นั่นเอง พิจารณา สังขาร นามรูป ที่มันเป็นอยู่อย่างนี้ อนิจจังทั้ง ๕ ทุกขังทั้ง ๕ นัตตาทั้ง ๕ อุปาทานทั้ง ๕ มีรูปูปาทานักขันโธ เป็นอุปาทานที่หนึ่ง เวทนูปาทานักขันโธ เป็นอุปาทานที่สอง สัญญูปาทานักขันโธ เป็นอุปาทานที่สาม สังขารูปาทานักขันโธ เป็นอุปาทานที่สี่ วิญญูปาทานักขันโธ เป็นอุปาทานที่ห้า ครั้นค้นคว้าอยู่ในธาตุสี่ ขันธ์ห้า วางธาตุสี่ ขันธ์ห้านี้ได้แล้วละก้อภาวนาสงบดี ครั้นเวทนาดับลง สัญญาดับลง สังขารดับลง วิญญาณดับลง รูปธรรมส่วนสมมติเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม วางได้แล้วมันก็สบาย จิตก็สงบลง

ชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ ทางตานี่ก็เป็นศีลประเภทหนึ่ง ทางหูก็เป็นศีลประเภทหนึ่ง นำความผิดออกจากตา ออกจากหู ออกจากจมูก ออกจากลิ้น ออกจากกาย ทั้งสี่ทั้งห้านี้แหละ ศีลทั้งห้าก็อันนี่แหละ นำความผิด ความยินดียินร้ายออกจากจิตใจของตนให้บริสุทธิ์หมดจด ทำให้เป็นไป จะเอาพุทโธเป็นบริกรรมก็เอา หรือ

จะเอาธัมโมเป็นบริกรรม เป็นมรรคภาวนาก็ได้ เคยทำกันมาแล้วกระมัง ครั้นได้พุทโธ พุทโธ นี้เป็นอารมณ์ของจิตใจอยู่เป็นนิจ เวลาเอาเข้าหนักเข้าหนักเข้า ลมมันก็สงบได้เหมือนกัน แต่รักษาไว้อย่าให้เป็นทำเมา พุทโธ พุทโธ นี่นะ พุทโธ พุทโธ กลายเป็นทำเมา ธัมโม ธัมโม มันไม่เป็นธรรมโม มันกลายเป็นทำเมาไปเสีย สังโฆ สังโฆ พวกนี้เป็นอารมณ์ของใจ ให้ดึงอยู่เป็นอันหนึ่ง นาน ๆ เข้าจิตก็สงบลงเป็นสมาธิได้เหมือนกันนั่นละ รักษาทำเมานี้ไม่ให้เกิด อดีตทำเมา อนาคตทำเมา อดีตที่ล่วงแล้วมันนำมาให้เป็นทำเมา อนาคตยังไม่มาถึงก็เป็นทำเมา ถ้าจิตดึงอยู่ปัจจุบันมันจึงเป็นธรรมโม อดีตอนาคตเป็นทำเมาแล้วจงรักษาดี ๆ มีสองอย่างเท่านั้นแหละ มันเป็นทำเมานอกจากจิตดึงอยู่ปัจจุบันนี่เป็นธรรมโม มันไม่หมุนตามสังขาร ไม่หมุนตามสมมติ แล้วมันก็ใช้ได้ นี่ก็พิจารณา จะเอาพุทโธเป็นมรรคก็ได้ มรรคภาวนา หรือจะเอากายเป็นมรรค พิจารณากาย สังขาร นามรูป อันนี้ให้ชำนิชำนาญ บุราณท่าน หรือสมัยนี้ก็เหมือนกัน กุลบุตรทั้งหลายที่มาบวชบรรพชาเพศ อุปัชฌาย์ท่านสอนกายนี่แหละเป็นมรรค เกสา โลมา นขา ทันตา จโต ทันตา นขา โลมา เกสา อนุโลมปฏิโลม ทั้งเบื้องบนพิจารณาแต่เล็บเท้าขึ้นมาถึงปลายผม เบื้องต่ำพิจารณาตั้งแต่ปลายผมถึงเล็บเท้า นี่แหละเป็นมรรค เอากายเป็นมรรค ต่อเมื่อใดวางได้หมดแล้ว ไม่ยึดรูปธรรม นามธรรมเป็นตนเป็นตัว วางได้แล้วละก้อ จิตสงบได้เหมือนกันแหละ วางได้แล้วเวทนาสงบลง สัญญาก็สงบลง สังขารความปรุงความแต่ง ความเกิดความดับ โทษ ทุกข์ ภัย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดับลง วิญญาณความรู้ รู้ดีรู้ชั่ว รู้บุญรู้บาป รู้ผิดรู้ถูก ก็ดับลงหมด แล้วมันก็จิตสงบ

ลงได้ ครั้นการรักษา ทำเมานี่หนา มันมีอดีตอนาคตหุ้มมา อดีตมันเคยได้รู้ได้เห็น จากเคยได้คุยกัน ว่าเล่นกัน เวลาตั้งจุดพุทโธ พุทโธ มันจะกลายเป็นทำเมาไปเสียนี่ ครั้นเผลอก็เป็นทำเมาไปแล้ว เมาคิดโน่น คิดนี่ อดีตที่เคยเห็นก็นำมาคิดเป็นทำเมาไปแล้วนั่น พุทโธที่จะเอาเป็นบริกรรม จะเอาเป็นอารมณ์ของใจก็ไม่ได้ มันเป็นทำเมาไปแล้ว มันปรุงไป แต่งไป เกิดไป ดับไปในทุกสิ่งทุกอย่างนั้นแหละ จึงรักษาทำเมาไว้ อดีตก็เป็นทำเมาอันหนึ่ง อนาคตก็เป็นทำเมาอันหนึ่ง จิตดิ่งอยู่ในปัจจุบัน รู้ปัจจุบัน ละปัจจุบัน ตัดตัณหาตัดกิเลส ตัดมานะทิฐิ ตัดความยึดมั่น ถือมั่นของตนให้เสร็จลงแล้วก็สงบได้ รักษาแต่ทำเมาอันเดียวนี่แหละ ให้มันเผลอก็เป็นทำเมาละ ครั้นไม่เผลอ พุทโธ พุทโธ ดิ่งอยู่ นั่นแหละเป็นอารมณ์ของใจเป็นมรรคของใจ เป็นที่พึ่งของใจก็ได้อยู่ที่ รักษา ตัวเดียวเท่านั้นแหละ ทำให้ติดไป เก็บดิ่งอยู่เป็นนิจ ทำอย่างนั้นก็ใช้ได้ละ

....สันทิ ทิฐิ ไปเปล่าๆ นั้นก็เป็น ทำเมาแล้วนะ ไม่ให้คิดไม่ให้นึก มัวหลงเมายศ เมาเกียรติไปนั่นเป็นทำเมา อกุสลาทำเมากุสลาทำเมา มันตั้งอยู่นั่นแหละ อัพยากตาธรรมา เป็นที่พิจารณากำหนดให้จิตดิ่ง ให้จิตสงบดีมันก็ใช้ได้ ครั้นสาวเข้าไปให้ถึงอกุสลาทำเมานี้ ความหลง ความโลภ ความโกรธ มันเกิดขึ้นละก้อมันเกิดกิเลส ก็ตัวนั้นแหละ ตัวหลง ตัวโลภ ตัวโกรธนั่นแหละ ตัวราคะตัวกิเลสตัณหา ความเจ็บความไข้ เป็นเหง้าเป็นโคนแห่งกิเลสทั้งหลายกิเลสทั้งห้า ตัณหานับได้ เป็นอยู่ที่เจตนา ตัณหานี้ ความพอใจมันก็เป็นกิเลส ความหลงความโลภนี่แหละมันเกิดขึ้น ระงับความหลงความโลภ ความโกรธ ราคะกิเลสนี้ตัดออกหมดแล้ว ดับหมดแล้ว

ความหลง ความโลภนี้เราก็รู้แจ้งได้นี่นา วิญญาภิสังขาร อวิญญาภิสังขาร ส่วนอันเป็นกุศล อกุสลาธรรมานี้ เราละได้ วางได้นี่นะ แต่งได้นี่นา ปุญญาภิสังขาร อปุญญาภิสังขาร แต่งให้เป็นบุญ เป็นกุศล แต่งให้เป็นทานไปได้นี่ อกุสลาธรรมา นี่มันแต่งมาให้โลภ ให้โกรธให้หลง แต่งมาให้ราคะ ให้กิเลสบังเกิดขึ้นแก่จิตใจของเรา เมื่อมาละมันให้หมดได้ มันก็เป็นธรรมโม ครั้นละไม่ได้มันก็เป็นทำเมา อกุสลาทำเมานี่เมาโลภ เมาหลง เมาโกรธไปทุกแห่งทุกหนนั่นแหละ เป็นเจ้าเป็นนายของกิเลสทั้งหลาย กิเลสตัณหา ภยายโอฆะ กามโอฆะ ก็อันนี้ ภวโอฆะ ทิฐิโอฆะ ก็อันเดียวกันนี้แหละ อวิชชาโอฆะ ดับหมู่นี้ได้หมด ก็เออสบายอกสบายใจ บริกรรมพุทโธไว้ให้สงบเป็นอารมณ์เดียว ทำให้เคยละก็ไม่ได้เชียวละ มันกลายเป็นทำเมา มันเมาเคย มันเมาคิด อดีตนั่นแหละมันคิดขึ้น ปรุงขึ้น แต่งขึ้นในเรื่องของสังขาร ความเกิดความดับ โทษ ทุกข์ ภัย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เรื่องของสังขาร เข้ากับสภาพแล้วละก้อ เออ เป็นทำเมาละคราวนั้น ให้พิจารณากายนี้ให้มากยิ่งๆ ในขันธ์สมมติเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม ธาตุทั้งสี่ที่ยึดอยู่นี้ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี้เป็นนามธรรม นามธรรมเกิดขึ้นแล้วมันลืมตัวนะ มันไม่รู้หรอกสังขารน่ะ นามธรรมอันนี้มันปรุงทีแรก ปรุงทั้งบาป ปรุงทั้งบุญ ปรุงทั้งผิด ทั้งถูก ทั้งดีทั้งชั่ว ถ้าไปหลงตามก็เป็นทำเมาละ ครั้นไม่หลงก็เป็นธรรมโม เมื่อละความโกรธความหลงสิ้นไปหมดแล้ว อันนี้ก็เป็นธรรมโมอยู่เป็นนิจ ส่วนพิจารณา สังขาร นามรูปนั้นคงแค่เป็นเหตุที่ว่ากุสลาธรรมา อกุสลาธรรมา พยากตาธรรมา อพยากตาธรรมา กุสลาธรรมา **กุศลธรรม** อกุสลาธรรมา **อกุศลธรรม** นี้เราแต่ง

เอาได้ แต่งให้เป็นบุญ แต่งให้เป็นบาป แต่งไม่ให้โลภ แต่งไม่ให้หลง แต่งไม่ให้โกรธ แต่งไม่ให้ราคะกิเลสบังเกิดขึ้น ใช้ได้ ครั้นแต่งไม่ได้ก็ตกอยู่ใต้อำนาจของความหลงความโลภละก้อ ใช้ไม่ได้ละ เขาแต่งเราหนา ครั้นมันแต่งเราละก้อเราเดือดร้อนหนา ความหลงความโลภความโกรธนี่แต่งเราได้ ปุญญาภิสังขาร อปุญญาภิสังขาร ปุญญาภิสังขาร เราแต่งให้เป็นบุญกุศลได้ อปุญญาภิสังขาร เราแต่งบาปให้เกิดแก่จิตใจของเราได้ มันก็จะเป็นทำเมาอยู่เป็นนิจละ

เข้าใจแล้วนะ

ทำเรื่อย ๆ สมควรแล้วละ เอาหนักเกินไปเป็นทำเมานะ ทำเมานี่ลำบากหนา มันเอาเรื่องมาแต่ดึกดำบรรพ์โน่น เวลามันตั้งขึ้นมันเกิดมาแต่ไหนไม่รู้มัน ทำเมานี่มันสำคัญ พอเผลอขึ้นมาแล้ว มันเมาคิดเมานึกไปเสียแล้ว

เอาละ สมควร

อย่าเอามากมายเลย เอาทีละน้อย ให้มันรวมเข้ารวมเข้าเถอะ รวมเข้าเป็นเอกัคคตาได้เป็นดีนะ

ชาวกรุงเทพ ฯ เขามาบ่อยนี่นา

จากเทปบันทึกเสียง

ของ **คุณสมพร ขัมภรัตน์**

๑๕ เมษายน ๒๕๑๗

. . . ภวตัณหา วิภวตัณหา

วิภวตัณหาสามนี่ก็เป็นไตรโลกอันหนึ่งนะ ไตรวัตรมันหมุนอยู่ในไตรโลกทั้งสามนี้นา ตายเกิด ตายเกิด เดี๋ยวนี้กามตัณหามันก็ไหล

มาจากเหตุ ภวตัณหาก็ไหลมาจากเหตุ วิภวตัณหาก็ไหลมาจากเหตุ นี่นา มันบ่รู้ทันเหตุนา เหตุนำทุกข์มาให้โลก มันต้องพิจารณา เอาพระพุทธเจ้าปุ้นภาวนา พุทโธทำเมา สังโฆทำเมา พุทธัสสโลกทำเมา อกุสลาทำเมา พระองค์บ่กินข้าวกินปลา เพียรจะละทำเมาออกมา มัทธนู มัทธโน ทำจนพระองค์ทำความเมาให้สร่าง ให้ได้ตรัสรู้พระโพธิญาณเป็นพระพุทธเจ้า พระองค์เป็นจอมพลเอกในธรรม พุทธัสสโลกธัมเมหิ ท่านละได้หมดแล้วความเมาทั้งหลายน่ะ พุทโธสุสุทโธ กรุณามหันนโว พระองค์เป็นพุทธนายก พาพุทธเวนัยสัตว์ ทั้งมนุษย์และเทวดา อินทร์ พรหม รีบลัดตัดข้ามฝั่งสงสารโลก โอฆะอันเป็นแดน โอฆาธัมมาโน โอฆาธัมมา โอฆะสัมปนิตา โอฆาวิปปนิตาธัมมา ลัดถึง... ยกทำเมาขึ้นแล้วทีนี้ โอฆาจินติ ธรรมอันว่าทำเมาทั้งหลาย ยกโอฆะสี่ขึ้น กามโอฆะเป็นทำเมาที่หนึ่ง ภวะโอฆะเป็นทำเมาที่สอง ทิฐิโอฆะเป็นทำเมาที่สามนะ อวิชชาความมืดไม่รู้แจ้งเป็นทำเมาที่สี่นะ ด่วนพารีบลัดตัดข้ามสังขารโลก สังขารมันปรุงมันแต่ง มันเกิดมันดับ โทษทุกข์ภัย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่มันก็เมาอยู่นี่นะไม่รู้จะว่าอย่างไร เรามุ่งหนีเสียพ่องก็ได้น่ะ เรามาหาอุบายส่วนของตนเสียออกประพฤติปฏิบัติกาย วาจา ใจ นี่บ่ได้นะ ทำเมาอยู่บ่ได้นะ มันทำเมาอยู่นั่นแหละ นึกแต่พุทโธมันก็เป็นทำเมา นึกธรรมโมมันก็เป็นทำเมาไปนั่นแหละ นึกถึงสังโฆมันก็เป็นทำเมาอยู่นั่นแหละ ครั้นเราบ่มีอุบายปลดเปลื้องตนของตนมันก็บ่ได้ ภาวนาแหละพา... ในกรุงเทพ ฯ น่ะ พุทโธก็ไม่มีสักเตื่อในวันหนึ่ง ธรรมโมก็ไม่มีสักที สังโฆก็ไม่มี เอ้า เอาแต่สนุก พระภิกษุสามเณรก็ไม่มีวัตรการประพฤติปฏิบัติ อุปัชฌายวัตรก็ไม่มี อาจาริยวัตรก็ไม่มี เป็น

ทำเมา เที่ยวเมาอย่างไรก็ไม่รู้ เดือดเป็นเจ้าคุณละถ้ามานึกขึ้งขังว่าคนเราเป็นเจ้าฟ้า เจ้าคุณ เป็นสมภารเจ้าวัด ไม่มีใครมาด่าเราได้...

...รายล้อมพิจารณาหาเหตุ เขาสมมติให้เป็นนั่นเป็นนี่ก็เป็นเอาจริง ๆ จัง ๆ เอา เหมือนที่เจ้าคุณครูอุบาลีของเรานั่นนะ เพื่อนอู้คำว่าหลงนี่นะ สมมติ เขาสมมติไปเขาต้องการให้เป็นหลวงปู่ก็เป็นปู่ให้เขา เขาต้องการให้เป็นหลวงลุงก็เป็นหลวงลุงให้เขา เขาต้องการให้เป็นหลวงตาก็เป็นหลวงตาให้เขา อย่างหนึ่งเรื่องของสมมติทั้งหลายเมื่อรู้ตัวแล้วก็เอามาถามดู เจ้าคุณอุบาลีนี่อันใดมันเป็นน่ะ หมดทั้งก้อนนี่มันเป็น เอ้าหมดทั้งก้อนนี่อันใด มันเป็นเจ้าคุณอุบาลี อันนี้ตา หู จมูก ลิ้น กาย แก้ม แข้ง ขา ตีน มือ ผม ขน เล็บ พื้นเจ้าคุณอุบาลีเป็นที่ไหนมานึกค้นหาในสมมติ ในตนให้มันหมดแล้วก็วางเลยละ เอ้าสมมติก็ตามเจ้าไม่สมมติก็ตามเจ้า เจริญดี สมมติให้เป็นนั่นเป็นนี่ก็เป็นให้เขาเสีย เป็นให้แล้วก็สบายดี เรามันสมมติเหนือตนนี่ สมมติมากก็แอ๊คมาก เจ้าคุณอุบาลีไปที่ไหนน่ะ มันไม่มีน่ะมันสมมติ มันเป็นก้อนทำเมานี่ มันมาอยู่ในก้อนทำเมานี้นะ ถือจะตั้งก็ตั้งไปเถอะ ถือจะปลดก็ปลดไปเถอะ เราไม่เดือดร้อนกับใครเลยนี่ ผม ขน เล็บ พื้น เราก็มีอยู่นี่สมมติทั้งนั้น เต็มตัวอยู่นี่โลกวิทู รู้โลกจบหมดละก้ามันก็รู้ธรรมละก้า ครั้นรู้โลกไม่จบมันก็ไม่รู้ธรรม โลกบีดธรรม นี่เป็นทำเมาอยู่ที่ ตั้งเอาทั้งนั้นละก้า อ้ายอยู่ไปนี่มันวุ่นวายเหลือ มันไม่ได้การละน่อ สังขารเราก้อนธรรมของเจ้าพ่อเจ้าแม่ มโนของพ่อแม่นี้แต่งให้เราดี ได้เป็นรูปเป็นกาย เป็นหญิงเป็นชาย เป็นตา หู จมูก ลิ้น กาย บริบูรณ์แหละ เอาอุปัชฌาย์ที่ท่านสอนไว้ดังนี้ เรื่องว่ากุลบุตรมาบรรพชาเพศก็ดี หรืออุปสมบท

ก็ดี ท่านก็มาสอน เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ เป็นกายคตา-กรรมฐานห้า กายคตากรรมฐานเป็นฐานที่ตั้งแห่งกรรมนี่ เอากายเป็นมรรค เอากายเป็นผล ทุกขสัจมันเกิดมาจากไหน สมุหทัยสัจมันเกิดมาจากไหน มรรคสัจมันเกิดมาจากไหน นิโรธสัจเกิดมาจากไหน ค้นหาเอา เอากายเป็นมรรคเอากายเป็นผล เดี๋ยวนี้พวกเรามันลืมคำอุปัชฌาย์สอนนา ตลอดเถิงปุ้นละก้า สอนอนุศาสน์ปุ้นท่านสอนกรรมฐานห้านี้แล้ว บอกพระไตรสรณาคมน์ กรรมฐานสี่สิบตลอดถึงอุปสมบทเป็นพระภิกษุนั่นก็สอนไป แถมพิจารณา โลปิ้พโภชนัง เนสาย ปิ้พโภชา ตัสส เจ เยาวสี รูวัง อุตส่าห์เอาเน้อ อายุไม่ถึงร้อยปี ขันตีบารมีอดเอา พึ่งดูก็อจีวรัง นั่นนะ อุตส่าห์เอานะรุกขัง น เสนาสนัง เนสาย บุปชา สัสเตเยาวชีวัง อุตส่าห์เอาเน้อบำรุงเน้อ จุนนะชุมนุม ขันตีบารมีอดทนเอาอายุไม่ถึงร้อยไม่ถึงพันอกิเลสะวะลาโภวิหาโร อัฐถโยโค ปาสโท่หัง มยังคูหา ที่ไหนสงบสงัดในถ้ำในเหวอันใด รีบไปเน้อ บำเพ็ญภาวนา เจริญสมณธรรม บำเพ็ญบารมีบุญสมภารท่านยิ่งยิ่งขึ้นไป ให้แก่กล้าขึ้นมา หลุดพ้นจากวัฏ-ทุกข์ ไปนิพพานตามเจ้า บูชาแล้วก็อย่าลืมนี่น่ะ อย่าลืมคำของพระอุปัชฌาย์ คำสอนของเมืองม่านก็เหมือนกันนะ พ.ศ. ๒๔๖๓ ต่อ ๖๔ ออกไปพม่า พระธรรมก็สอนเหมือนกันนะ เอากายเป็นมรรคเอากายเป็นผลนะ ธรรมแทบทุกนิกาย อินเดียก็สอนเหมือนกันนา ประเทศสยามไทยนี่ก็เทศน์ที่ไหน อุปัชฌาย์ก็สอนให้เอากายเป็นมรรคเอากายเป็นผล เกสา โลมา ขนา ทันตา ตโจ แต่พวกเรามันลืมไปเสีย แล้วป้อนพระธรรมกันเสียเมานี่ เอาขันน้ำมนต์ราดศีรษะมันได้อุปาทานทั้งห้า อนิจจังทั้งห้า ทุกขังทั้งห้า อนัตตาทั้งห้า

วางแล้วมันก็ละการประพฤติ ถือเขาถือเรา ถือตนถือตัว ถือสัตว์บุคคล วางได้เหมือนกัน ก็มีหนทางเดินของเรา ระหว่างนั้นมันมาถือก้อน ทำเมานี่นะ ก้อนพระธรรมเป็นเมาอยู่นี่ละนะ ใครมาว่าผิดหูบาปเถิดนะ.... เขาว่า ผิดเหมือนกัน ถ้าแกเป็นบ้านะ ก็เขาว่าเป็นบ้าก็มันเกิดจากใคร มันเกิดจากเขาโน่น บ้าของเรามันเกิดที่ภูมินี่ โง่ของเราก็เป็นที่ภูมินี่นา เลือดลมไม่ใช่มันผิดหู อย่าไปเอาของเขานะ เอาของเขามันก็เดือดร้อนเท่านั้นแหละ เขาว่าเป็นบ้านี่นะ เราไม่ได้เป็นบ้าด้วย ใจของเราก็ พุทโธ ธัมโม สังโฆ ให้ไปเรื่อย ๆ อยู่แล้วละก้าจาโป มนัสสโภ เขาว่าของเขานั้นของเรามีเยอะเต็มสิบภูมิมีอยู่หมดแล้ว บ้าก็มี โง่ก็มี เง่าก็มีอยู่นี่แล้ว ครั้นถอนไปรายหนึ่งแล้ว จาโป มนัสสโภ ก็เพราะเป็นของเขา ของเรามีปะเลอะปะเต่อ มีเต็มชะลอม ไม่ต้องเอาของใครเอามาเป็นขะมายละก้อไปเอาของเขากลับ เป็นเดือดร้อนลำบากด้วยละก้อ บ่ได้นา ต้องรอบในตัวนะ ไปโทษให้เขาบ่ได้นะ ถ้าโทษมันเป็นทำลายตน ทำลายจิตใจของเรา ทำลายสมณะของเรา เปิดขึ้นไปแล้วสมณะความสงบไม่มีนา ต้องพิจารณาให้ดี เขาจะว่าเป็นหมาก็ตามทีเถอะ เขาว่านะ หมาของเราก็เป็นที่ภูมิ แต่เราเราไม่ใช่นะ มันผิดของมนุษย์นะ เขาว่าบ้า บ้าของเราก็มีเป็นที่ภูมิบ่มี เขาว่าโง่ โง่ของเราก็เต็มภูมิแล้ว เราบ่ต้องเอาโง่ของเจ้าหรอก ส่งให้เขาเสียแล้วมันก็สบายเท่านั้นแหละ จำไว้ให้ดีดีนะ หลักหาอุบายออกไปบำเพ็ญละก้าอุปัชฌาย์ เพื่อนบอกไว้ รุกขมูล ต้นไม้ เสนาสนะที่สงบสงัด ไปหาถ้ำเหวละก้อที่ใดมันกายวิเวก ตาวิเวก หูวิเวก ดั้งวิเวก มันก็สบายละก้า ครั้นไปอยู่มันวุ่นวาย ทางตาก็มา ทางหูก็มาเอ้า จะไปทำท่าไหนก็พ้นไปบ่ได้ ผู้ตรัสรู้ก็ทำเมานะแหละ เอ้า โลก

ธรรมมันอ้อมอยู่เต็มโลกนั่นแหละ โลกธรรมของเราก็มีอยู่ เกิดเป็นเด็กเกิดกับใจนี่น่ะ มันต้องเอาดีดีนะ ยังหนุ่มอย่าไปกลั้นกินข้าวหนาอย่างอยู่บ้านโบ่ง เป็นกรรมฐานอึ่ง บ่กินข้าวกินปลา ฤดูแล้งไม่ได้กินอาหาร ผู้คนเดือดร้อน พระพุทธเจ้าอดทีหนึ่ง ๔๙ วันเน้อ เป็นกรรมฐานอึ่งบ่ กินข้าวกินปลา บ่ไหว อาหารบ่ํจโย หาอาหารมาเลี้ยงชีวิต อินทรีย์จึงสว่างขึ้นมา ใจผ่องใสขึ้นมา แล้วเร่งความเพียรเข้ามันก็ เออ มัททนี มัททโน พระองค์ทำความเมาให้สร่างได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า เป็นจอมพลเอก เป็นพุทธนายก พาพุทธเวนัยสัตว์ รีบลัดตัดข้ามสังขารโอฆะ สังขารนี่แหละมันพาปรุงพาแต่งหนา ที่เป็นธรรมยุตก์ เป็นธรรม**หยุด** ไม่หมุนตามสังขารแล้ว มันจะไปปรุงที่ไหน ภาวนา อรหังสัมมา สัมพุทธโธ แล้วมันก็หยุดเท่านั้นใช่ไหมละก้า

เอาดีดีเถอะ
ไป๊ ไปหาถ้ำก็ไปเถอะ
เป็น ทำเมา บ่ได้นะ มันเสียเวลา...

จากเทปบันทึกเสียง
ของ **คุณสวัสดิ์ อุไรรัตน์**

การปฏิบัติธรรมนั้น ให้น้อมเข้ามาปฏิบัติ กาย วาจา ใจ รักษาตา หู จมูก ลิ้น กาย ให้ดีให้บริสุทธิ์ ยกขึ้นเป็นไตรสิกขา ศีล สมาธิ ปัญญา นอกนี้ตั้งอยู่ในศีลห้า คือ ตา หู จมูก ลิ้นกายนี่แหละ โอปนยิโกน้อมเข้ามาปฏิบัติภายนอกได้หรือยัง ตักน้ำขึ้นมานั่งเพ่งไปเพ่งอยู่

แต่ภายนอก แล้วกันเป็นธรรมเมาไปแล้ว เพ่งทั้งวันจนตาดำตาแดง ใช้ไม่ได้น่ะ การปฏิบัติต้องปฏิบัติในปัจจุบันเท่านั้น อย่าไปอ้างเอาอนาคต ปฏิบัติกาย วาจา ใจนี่แหละเป็นเบื้องต้น รักษากายทุจริตทั้งสาม (คือฆ่าสัตว์ ๑ ลักขโมย ๑ ประพฤติผิดในกาม ๑) วจีทุจริตทั้งสี่ (พูดเท็จ ๑ พูดส่อเสียด ๑ พูดคำหยาบ ๑ พูดเพ้อเจ้อ ๑) มโนทุจริตทั้งสาม (โลภอยากได้ของเขา ๑ พยาบาทปองร้ายเขา ๑ เห็นผิดจากคลองธรรม ๑) ให้บริสุทธิ์แล้วยกขึ้นเป็นศีลเป็นธรรม พิจารณาเป็นศีลเบื้องต้นให้บริสุทธิ์ก็จะได้สมาธิเข้าไปแล้ว มัชเฌกัลญานัง สมาธิตั้งมั่นแล้ว ปริโยสานุกัลญานัง มันจะเกิดปัญญาจะรู้เองเห็นเองในมรรคผลนิพพานอันใดก็ดี ปฏิบัตินอกนี้ไปแล้วไม่มีหลักเลย เป็นธรรมเมาแน่นอนแล้ว ตักน้ำขึ้นมาแล้วภาวนาสัมมาอรหัง เวลาจะทำเพ่งแก้วเอาแก้วนอก แก้วใน แก้วในตัวนี่ไม่เจียระไนยนี้ แก้วในแก้วสารพัดนึกนี่ แก้วในคือตั้งอยู่ในศีล ตั้งอยู่ในธรรม ตั้งอยู่ในมรรค ตั้งอยู่ในพระไตรสรณาคมน์นี่ ๙ ประการนี่ตั้งอยู่ในศีลห้าตั้งอยู่ในกรรมบถ ๑๐ (อกุศลกรรมบถ จัดเป็นกายกรรมคือทำด้วยกาย ๓ อย่าง ๑. ปาณาติบาต คือ ฆ่าสัตว์ ๒. อทินนาทานคือลักขโมย ๓. กาเมสุมิจฉา ประพฤติผิดในกาม จัดเป็นวจีกรรมคือทำด้วยวาจา ๔ อย่าง ๔. มุสาวาจา พูดเท็จ ๕. ปิสุณาวาจา พูดส่อเสียด ๖. ผรุสวาจา พูดคำหยาบ ๗. สัมผัปปลาปะ พูดเพ้อเจ้อ จัดเป็นมโนกรรม คือ ทำด้วยใจ ๓ อย่าง ๘. อภิชฌา โลภอยากได้ของเขา ๙. พยาบาทปองร้ายเขา ๑๐ มิจฉาทิฏฐิ เห็นผิดจากคลองธรรม) ทำให้บริสุทธิ์นี่แหละถูกละหนทาง นี่แหละเบื้องต้นอย่าเอาไปมากมันก็กลายเป็นธรรมเมา

อตีตาธรรมะ อนาคตาธรรมเมา อดีตก็เป็นธรรมเมามาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์โน้นแล้ว อนาคตก็เป็นทำเมาอันหนึ่ง อดีต อนาคต ปัจจุบัน ให้ตั้งอยู่ในปัจจุบันถึงจะเป็นธรรมโม อตีตาธรรมเมา อดีตก็เป็นธรรมเมา อนาคตก็เป็นธรรมเมา ใจดิ่งอยู่ในปัจจุบัน อยู่ในปัจจุบัน ละอยู่ในปัจจุบัน ถึงจะเป็นธรรมโม เอาละอย่างมากมายเดี๋ยวจะเป็นธรรมเมาเสียนี่ ทุกอย่างให้ชี้เข้ามาหาที่ใจนี่ล่ะ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ก็ชี้เข้ามาหาที่ใจนี่ล่ะ ๘๔,๐๐๐ ชี้เข้ามาหาธาตุขันธ์ ชี้เข้ามาหาธาตุสี่นี่แหละ นอกนี้ไปละก็เป็นธรรมเมาหมด กุสลาธรรมเมา เมาหลง เมาโลภ เมาโคตร เมาลาภ ลาภ กิเลส ตัณหาเป็นหกเป็นเก้า เป็นเหง้า เป็นโงน กิเลสตัณหา ตัณหาร้อยแปด โยคะ โยคะทั้งสี่ ปริโยคะก็ดี คือกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา เป็นไตรวัฏ มันหมุนอยู่ในไตรโลก ไปอบายโลก ไปโลกันต์ ไปหาอเวจีกันนี่ละ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา สามนี่ละเป็นไตรโลก มันหมุน ทุกข์ก็เพราะกาม ตายก็เพราะกาม เกิดก็เพราะกามนี่ล่ะ พ้นจากวัฏทุกข์ก็เพราะกามนี่ล่ะ กามตัณหา วิภวตัณหา เงินร้อย เงินพัน เงินหมื่น เงินแสน เงินล้าน เงินโกฏิ เหมือนกันนี่แหละ มันเป็นไตรวัฏ มันหมุนมันทุกข์อยู่ในโลกนี้ มันเป็นวัฏอยู่นี่ เอาละ ๆ ๆ ปฏิบัติรักษากาย วาจา ใจ รักษาตา รักษาหู จมูก ลิ้น กายนี่สิ่งทั้งห้านี่ เอาศีลห้าก็ดี หรือเอากรรมบถสิบก็ดี มาไว้ในตานี้ รูปมาทางตา จิตเป็นทาน วิญญาณเป็นบ้า ขันธ์ห้าเป็นไฟ เป็นแปดเป็นสี่เป็นสาม หูเป็นเหตุ จมูกเป็นเหตุ ชิวหาเป็นเหตุ กายาเป็นเหตุ รักษานี่ได้เป็นที่บริบูรณ์ละก็ปฏิบัติไปเถอะ โอปนยิโก น้อมเข้ามาหาทางภายในได้เต็มที่ละ เอาละ ๆ ๆ พอละ เอามาก เดี๋ยวจะเป็นธรรมเมา ฮ่ะ ๆ ๆ วันนี้ชี้แจงแสดงธรรม !

ธรรมเทศนา

ของ

ท่านพระอาจารย์ขาว อนาลโย

วัดถ้ำกลองเพล จ. อุดรธานี

ธรรมเทศนา พระเดชพระคุณ เจ้าฟ้าเจ้าคุณ อันนี้คือ อริยัน-จัฏฐัง ฯ ฟั่งหมดแล้ว ท่านเข้าใจหมดแล้ว...ยังจะฟั่งต่อไปอีกเนาะ

อันใด.....ก็รู้หมดแล้ว บาปก็รู้ บุญก็รู้ คุณ - โทษอะหยังก็รู้หมดแล้ว (อะหยัง = อะไร ๆ) แล้วจะฟั่งอะไรอีก อาตมาอยู่ป่าอยู่ดง มีแต่นั่งหลับหูหลับตาให้แมลงวันตอมอยู่ซื่อ ๆ (อยู่ซื่อ ๆ = อยู่เฉย ๆ) ไม่มีความรู้....วิชาความรู้อะหยัง จั๊ก....จะเอาอะไร (จั๊ก – หมายความว่า – ไม่รู้) พระเดชพระคุณท่านจะให้เทศน์ เจ้าคุณ ฯ นั่นแหละเทศน์... (แล้วท่านก็หัวเราะตามที่ท่านเคยหัวเราะ)

เสียงท่านเจ้าคุณพระพุทธพจนวราภรณ์ ซึ่งเป็นประธานนำกฐิน – ผ้าป่าไปทอดในคราวนี้ กราบเรียนตอบว่า "กระผมเทศน์ให้เขาฟั่งอยู่ธรรมดา ขอท่านอาจารย์ประทานโอวาท นาน–นานปีหนึ่งหรือสองปีกว่าจะได้มีโอกาสมา"

ท่านพระอาจารย์ขาวจึงว่า....จั๊ก....จะเอาอะไรมาพูดให้ญาติโยมฟั่ง เหมือนคนอยู่...อยู่ในป่าดง พวกญาติโยมทั้งหลายมีพระเดชพระคุณเป็นหัวหน้ามา....อุตส่าห์มา...อยู่ไกลแสนไกลก็ยังอุตส่าห์มา ก็นับว่าเป็นบุญ...เป็นบุญลาภอักโขอักขังของพวกญาติโยม ฟั่งเทศน์ก็ได้ฟั่งทุกสิ่งทุกอย่างหมดแล้ว ทานก็ได้ฟั่งศีลก็ได้ฟั่ง

ทุกขสัจก็ได้ฟังแล้วจะเอาอะไรฟังอีก ธรรมนั่นแหละแม้นก้อนธรรมหมดทั้งก้อน

แม้นหมด...ก้อนธรรมหมดทั้งก้อน ธรรมนั้นก็เป็นธรรม อกุศลธรรมก็มี กุศลธรรมก็มี ฉะนั้น ท่านทั้งหลายอยู่บ้านใหญ่เมืองใหญ่ ก็ได้ฟังอยู่บ่อย ๆ แล้วก็คงแต่รักษา แต่คุณงามความดี ส่วนบาปธรรมนั้นคงจะพากันรู้แล้ว...รู้แล้วก็คงจะพากันรังเกียจไม่อยากแตะต้องมีแต่ขับไล่มันออกไป กุศลธรรมเกิดก็แม้นใจนั่นแหละ ใจนั่นแหละเป็นผู้ปรุงแต่งขึ้น อกุศลธรรมก็แม้นใจนั่นแหละ

ธรรมไม่ต้องไปหาที่อื่น แม่นหมดทั้งก้อน (แม่น–หมายความว่า–ใช่ ถูกแล้ว) พระพุทธเจ้าท่านว่า เป็นก้อนธรรมหมดทั้งก้อน และเป็นของกลางไม่ใช่ของใคร อัตภาพเป็นของกลาง เรารู้จักว่าอย่างนี้เป็นของกลางไม่ใช่ของใครหมด หมดทั้งนั้น ก้อนใครก้อนใคร รู้ว่าเป็นของกลางแล้ว และเป็นของได้มาอันบริสุทธิ์ เกิดมาชาตินี้เป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ พ้นจากใบ้บ้าบอดหนวกเสียจริต มีร่างกายจิตใจหูตาสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว ก็ควรพากันพิจารณาว่าเราเกิดมาชาตินี้ได้สมบัติดี สมบัติอันดีสมบูรณ์เราต้องเอานำมันเสีย อย่าไปเอาให้มันแก่ตายทิ้งซื่อ ๆ (ตายทิ้งเฉย ๆ) ได้มาสมบัติดีแล้วเอากับมันเหีย (เอากับมันเสีย) อันนี้สมบัติ อันนี้เป็นแต่ภายนอก แล้วเอากับมันเสียคือเอากับภายใน เอาอริยทรัพย์อันติดตามตนไปได้ การสมบัติเราแสวงหาทุกวันนี้เป็นมหาเศรษฐีหรืออะหยังก็ตาม อันนี้เป็นหนทางของทรัพย์ภายนอก ที่อาศัยกันชั่วชีวิตหนึ่งเท่านั้นแหละ ครั้นล้มหายตายแล้วทรัพย์สมบัตินั้นก็เป็นของสำหรับโลก มันเป็นดินเป็นน้ำเป็นลมเป็นไฟเท่านั้นแหละ แล้วผู้ที่ไปนั้น ผู้ที่จะท่องเที่ยวอยู่ใน

สังสารจักรไม่มีสิ้นสุดนั้น คือดวงวิญญาณดวงจิต ดวงวิญญาณนี่แหละที่ท่องเที่ยวอยู่เกิดอยู่บ่อยๆ "...สํสาเร สํสรนฺโต โส สํสาเร ภโว วิปุนจิโส สํสาร ทุคโตโม เต สํเสฏฺฐนฺปิ นมามิหํ" แต่พวกเราต้องท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรนี้ มิใช่เราเกิดมาชาติเดียวเท่านี้ นับภพนับชาติที่เราท่องเที่ยวอยู่ต่ำๆ สูงๆ จนเกิดเป็นสัตว์นรก เป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นสรรพสัตว์ต่างๆ ขึ้นสวรรค์ก็ได้ขึ้นไป ไปพรหมโลกก็ได้ขึ้นไป ลงไปนรกนั้นจะนับกัปนับกัลป์ไม่ได้

เมื่อพวกเรารู้อย่างนี้แล้ว เราจะประพฤติแต่กรรมอันดี พระพุทธเจ้าว่า จะดีก็ดี จะชั่วก็ดี เป็นเพราะ "กรรม" หรอก สัตว์นี้เกิดมาต่างๆ กันไม่เหมือนกัน แม้ว่าจะเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือนๆ กัน แต่ก็ต่างกัน วิชาความรู้ก็ต่างกัน มากน้อยต่างกัน สมบัติก็ต่างกัน รูปร่างก็ต่างกัน ความยากจน ความมั่งคั่งสมบูรณ์ก็ต่างกัน อันนี้เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะกรรม อันนี้แม่นหมดทั้งก้อนแหละ "ก้อนธรรม" ส่วนที่เป็นใหญ่เป็นนั่นกว่าเขา พระพุทธเจ้าว่า "มโนปุพฺพงฺคมา ธมฺมา มโน เสฏฺฐา มโนมยา" มีใจนั่นแหละเป็นใหญ่ มีใจนั่นแหละหัวหน้า มีใจนั่นแหละประเสริฐสุด สิ่งทั้งหลาย บาปก็ดีบุญก็ดี สำเร็จแล้วด้วยใจ มนะนี่แหละแปลว่า "ใจ" ครั้นใจไม่ดี "มนสา เจ ปทุฏฺเฐน" ใจไม่ดี ใจเศร้าหมอง ใจขุ่นมัว ลุอำนาจแห่งความโลภ ความโกรธ ความหลง แล้วใจเศร้าหมอง แม้คนนั้นจะพูดอยู่ก็ตาม จะทำการงานด้วยกายอยู่ก็ตาม ความทุกข์นั้น เพราะจิตเศร้าหมอง จิตไม่ดี แล้วความทุกข์นั้นย่อมติดตามคนผู้นั้นไปเหมือนกันกับล้ออันตามรอยเท้าโคไปอย่างนั้น "มนสา เจ ปสนฺเนน" ครั้นจิตผ่องใส จิตผุดผ่อง จิตไม่เศร้าหมองแล้ว แม้นจะพูดอยู่ก็ตาม จะทำ

การงานอยู่ก็ตาม จะไปที่ไหนก็ตาม ความสุขย่อมติดตามเหมือนเงาเทียมตนคนไปอย่างนั้น มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ มีเท่านี้

ครั้นถ้ารู้อย่างนั้นแล้ว รู้ว่าใจเป็นหัวหน้า ใจเป็นใหญ่ ทำดีก็เพราะใจ เป็นทุกข์ก็เพราะกระทำ ความกลัวก็แม้นใจ เป็นทุกข์ก็เพราะทำ แม้นรู้อย่างนั้นแล้ว เราจงเอาแต่ส่วนดี ส่วนไม่ดีมีราคะ โทสะ โมหะ นั้นต้องตัดมันไป ขับมันไป ไล่มันออกไป อย่าไปยึดถือ อย่าให้มันมาเป็นเจ้าเรือนอยู่ แม้นจะทำก็ดี จะพูดก็ดี จะคิดอะไรก็ดี ขอให้มีสติระวังไม่ผิดไม่พลาด ครั้นมีสติแล้วพูดก็ไม่พลาด ทำก็ไม่พลาด คิดก็ไม่พลาด ให้พากันหัดทำสติ ให้สำเหนียกให้แม่นยำ

พระพุทธเจ้าจึงว่า "เย เกจิ กุสลา ธมฺมา สพฺเพ เต อปฺปมาทมูลกา อปฺปมาทสโมสรณา อปฺปมาโท เตสํ อคฺคมกฺขายติ" กุศลธรรมทั้งหลาย มีสติเป็นเค้าเป็นมูล ครั้นมีสติแล้วกุศลธรรมทั้งหลายก็เกิดขึ้น ก็มีแต่ทำ แต่ความดีทุกสิ่งทุกอย่าง รู้แล้วอย่างนี้ แล้วก็ให้พากันหัดทำสติมันผิดก็ให้รู้ เราจะทำด้วยกายก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน เราจะพูดก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน เราจะทำด้วยกายก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน จะคิดก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน มันถูกเราจึงพูด มันพูดเราจึงทำ มันถูกเราจึงคิดนึก ให้ทำสติให้สำเหนียกให้แม่นยำ ให้พากันสมาทานเอา อธิสีลสิกฺขาสมาทาเน ให้พากันสมาทานกันให้ศีลของเรา เอาศีลของเราเป็นอธิศีล คือ เป็นใหญ่ เป็นอธิบดี ให้เป็นศีลมั่นคง อย่าให้เป็นศีลง่อนแง่นคลอนแคลน อธิจิตฺตสิกฺขาสมาทาเน ให้พากันสมาทานเอา คือตั้งใจมีสติควบคุมจิตใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่อย่างนั้น ทำการทำงาน พูดจาหรือให้จิตตั้งมั่น หรือนั่งภาวนาก็ให้จิต

ตั้งมั่น ให้เป็นอธิบดี อธิ คือว่าให้เป็นใหญ่กว่าสิ่งทั้งปวง เรียกว่าไม่หวั่นไหวต่อสิ่งทั้งปวง อธิปญฺญาสิกขาสมาทาเน ให้สมาทานเอาอธิปัญญา ความรู้จริงรอบคอบ รู้เท่าสังขาร ปัญญาความเห็นคือเห็นทุกข์ เห็นชาติ ความเกิดเป็นทุกข์ เห็นชราความเฒ่า ความแก่เป็นทุกข์ เห็นพยาธิความเจ็บไข้ได้พยาธิเป็นทุกข์ เห็นมรณะความตายเป็นทุกข์

ความทุกข์เกิดขึ้นในกาย ความไม่ดีเกิดขึ้นในกาย เวทนาไม่ดีเกิดขึ้นแต่สัมผัสทางกาย อันนี้เรียกว่าความทุกข์กาย ให้กำหนดให้ดี ความทุกข์เกิดขึ้นที่ใจ ความไม่ดีเกิดขึ้นที่ใจ เวทนาไม่ดีเกิดขึ้นที่ใจ เกิดขึ้นสัมผัสทางใจ อันนี้ได้แก่ความโศก ความเสียใจ ความเศร้าใจ ให้กำหนดให้มันรู้เรื่องทุกข์ ให้มันเห็นเรื่องทุกข์เสียสัจจะทั้ง ๔ นี้ พระพุทธเจ้าว่าเป็นทางไปพระนิพพาน นี่แหละทางดับทุกข์ นี่แหละให้พิจารณา

ความประจวบกับสัตว์และสังขาร อันไม่เป็นที่รักที่เจริญใจ มีความไปร่วม มีความมาร่วม มีความประชุมร่วม สัตว์ทั้งนี้ไม่ชอบใจ ไม่พอใจ เรียกว่า อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข ทุกข์น่าเกลียด ทุกข์น่าชัง ทุกข์ไม่พอใจ เป็นทุกข์ การพลัดพรากจากสัตว์และสังขาร อันเป็นที่รักที่เจริญใจ มีญาติพี่น้องที่พลัดพรากไปไกล หรือล้มหายตายเสียไปจากกันแล้วก็มีความทุกข์โศก เรียกว่า ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ความไม่ไปร่วม ความไม่มาร่วม ความไม่ประชุมร่วม กับสิ่งที่ชอบใจ อันนี้ก็เป็นทุกข์ บุคคลปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นสมหวังก็เป็นทุกข์ อันนี้มันมาจากไหน เราได้รับผลอย่างนี้มันมาจากไหน ต้องใช้สติ ใช้ปัญญาค้นคว้า มันก็จะเห็นกัน เมื่อทำจิตให้อยู่สงบ มันก็จะเห็นไป คือความอยาก มันเกิดมาจากความอยาก เรียกว่า กาม

ตัณหา ความใคร่ ความพอใจในรูป ในสิ่งที่มีวิญญาณ และสิ่งที่ไม่มีวิญญาณ ความใคร่ความพอใจ ทุกข์มันเกิดขึ้นจากความอยาก ความใคร่ ภวตัณหา ความอยากเป็น อย่างนี้ อยากให้ อยากหอบ อยากกอบ อยากโกยเอา อันไหนก็อยากกอบโกยมาเป็นของตัว อยากเป็นเศรษฐีคฤหบดี ราชามหากษัตริย์ อันนี้เรียกว่า ภวะ ความอยากเป็นอยากมี

ความไม่พอใจ เหมือนอย่างหนังหดเหี่ยวเป็นเกลียว ความแก่หง่อมแห่งชีวิต ความเสื่อมแห่งชีวิต มีหนังหดเหนียวเป็นเกลียว ผมหงอกฟันหัก อันนี้ไม่พอใจอยากได้ อยากให้มันเป็นอยู่เหมือนเก่าหนังก็ดี แต่มันหดเหี่ยวเสียแล้ว ผมมันหงอกกลับไปเอายาดำ ๆ นั่นมาย้อม มาย้อมมันก็ส่งกลิ่น มันก็ขายหน้าอีกแล้ว มันก็ดำอยู่แต่ปลายทางโคนนั่นมันก็ขาวขายหน้าอีกแล้ว ก็ไม่พอใจ อันนี้เรียกว่าวิภวตัณหา ตัณหา ๓ ตัว ๓ อย่าง นี่แหละเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อรู้เค้ามูลอันนี้ ๓ อย่างนี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นเหตุให้ทำชั่วอยู่บ่อย ๆ เราก็ใช้ปัญญาค้นหา มันเกิดอยู่ตอนไหนตัณหามันเกิด มันจะเกิดมันเกิดขึ้นตอนไหน มันตั้งอยู่ มันตั้งอยู่ที่ไหน

พระพุทธเจ้ากล่าวว่า "จกฺขุํ โลเก ปิยรูปํ สาตรูปํ เอตฺเถสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ เอตฺถ นิวีสมานา นิวีสติ. ฯลฯ เอตฺถ นิรุชฺฌมานา นิรุชฺฌติ" สิ่งใดเป็นที่รัก เป็นชนิดใดใจไม่โลภ อะไรเป็นที่รักที่เป็นชนิดใดใจไม่โลภ จกฺขุํ ที่ตา โสตํ โลเก ปิยโลกํ ฆานํ โลเก ปิยโลกํ ชิวฺหา โลเก ปิยโลกํ สาตรูปํ กายา โลเก ปิยโลกํ สาตรูปํ มโน โลเก ปิยโลกํ สาตรูปํ (เอตฺเถสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปชฺชติ ฯลฯ เอตฺถ นิรุชฺฌมานา นิรุชฺฌติ มันเกิดขึ้นจากอายตนะทั้ง ๖ นี่เอง ตัณหาเกิดขึ้น ตัณหาเป็นที่รัก ตัณหาจะเกิดขึ้น ๆ ที่ตา

ตัณหาจะตั้งอยู่ ๆ ที่ตา ตั้งอยู่ที่หู ตั้งอยู่ที่จมูก ตั้งอยู่ที่ลิ้น ตั้งอยู่ที่กาย สัมผัสอันใดมันมาถูกต้อง มันมีความพอใจ มีความกำหนัดชอบใจ อารมณ์อดีตที่ล่วงมาแล้ว อนาคตยังไม่มาถึง แต่เอามาเป็นอารมณ์ เรียกว่าธรรมารมณ์ มันเกิดขึ้นที่ใจ รู้จักว่าบ่อนมันเกิดขึ้นที่นี่ ไม่เกิดขึ้นที่อื่น เกิดขึ้นจากอายตนะภายใน เกิดขึ้นจากอายตนะภายนอกประจวบกันต่อไป เกิดวิญญาณความรู้ขึ้น เกิดวิญญาณตัวนี้ขึ้น เกิดขึ้นจากสัมผัส เวทนาเกิดขึ้นเรื่อย ๆ ขึ้นไป รู้แล้วเราเพียรละที่มันเกิดจากอายตนะภายนอก จากอายตนะภายใน เกิดขึ้นจากสัมผัส อายตนะเกิดขึ้นเพราะสัมผัส เมื่อรู้แล้วว่าเราเพียรละ เราเพียรปล่อยวาง

เมื่อดับความทุกข์ชนิดนี้ได้ ความวิเวกดับทุกข์สิ้นดับสิ่งนี้ ดับตัณหาทั้ง ๓ ได้นิโรธ นิโรธ คือความไม่หวั่นไหว เรียกว่า นิพพาน

พระพุทธเจ้าท่านว่า นิพพานไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ที่กายนี้แหละ ไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่กับอาการ ๓๒ เป็นผลสำเร็จทีหลัง อยู่กับธาตุ ๔๒ เมื่อฟังแล้วให้พากันตั้งใจทำเหมือนกันกับเครื่องทั้งหลาย มีทัพพะ-สัมภาระ เราจะปลูกบ้านปลูกเรือนหรืออะไร มีดเราจะใช้การงาน ลับแล้วก็วางไว้ เครื่องทัพพะสัมภาระก็มาวางไว้ เราไม่ทำมันก็ไม่สำเร็จ ของทำเครื่องจะทำได้หมดพร้อมหมดแล้วแก่เราบริบูรณ์แล้ว

เราจะรบข้าศึก อาวุธของเราพร้อมหมดแล้ว แต่เราไม่ตั้งใจทำ จะปลูกบ้านปลูกเรือนก็ไม่ปลูก หามาพร้อมหมดแล้ว แล้วก็ตั้งอยู่นั่นแหละ ให้ชำรุดทรุดโทรมเสีย ทิ้งไว้ซื่อ ๆ ไม้ก็ดี ไม่มีประโยชน์ เราตั้งไว้ก็ไม่มีประโยชน์ อาศัยทำ ให้พากันทำ อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน พระเจ้าทั้ง ๕ ไม่ได้ห้ามเป็นพระเจ้าทั้ง ๕ นิสัยจริตของเรามันถูกกับอะไร จะพุทโธ – พุทโธ หรือ ธัมโม – ธัมโม หรือ สังโฆ

หรือผม ขน เล็บ พื้น หนัง เอาอย่างหนึ่งๆ มันถูกอันไหน มันถูกจิต มันก็สงบ จิตสงบขึ้น จิตไม่ฟุ้งซ่าน หมายความว่ามันถูก เราบริกรรมว่า พุทโธ–พุทโธ–พุทโธ แล้ว จิตเบิกบาน จิตเยือกเย็น จิตร่าเริง อันนี้หมายความว่ามันถูก มันถูกก็เอาอันนั้นแหละ บริกรรมไป พุทโธ–พุทโธ เรียกว่า สมถะ

ครั้นมันไม่ลง จิตไม่ลง ต้องพิจารณาค้นเรื่องทุกข์นี่แหละ และค้นเรื่องกายนี้ ผม ขน เล็บ พื้น หนัง ให้พิจารณา ให้มันเห็น เป็นอสุภะ เป็นอสุภัง เป็นของเน่าของเหม็น ของปฏิกูล ของโสโครก พิจารณาให้มันเห็นตกอยู่ในไตรลักษณ์ปัญจุปาทานักขันธา อนิจจา ขันธ์อันนี้ไม่เที่ยงไม่แน่นอน ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา ขันธ์อันนี้เป็นทุกข์ ปัญจุปาทานักขันธา อนัตตา ขันธ์อันนี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ผู้หญิงผู้ชาย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน อันนี้ตายเหมือนกันหมด ครั้นถ้ามันไม่สงบ มันฟุ้งซ่านก็ต้องเอาปัญญาการค้นคว้าพิจารณาเรื่อยไป วิปัสสนาอย่างนี้ ค้นคว้าให้มันเห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของโสโครก ของไม่สวย ไม่งาม พิจารณาเรื่อยไปจนมันเห็น จิตมันก็เกิดความสลดสังเวช เบื่อหน่ายในความเป็นไม่อัตภาพ เบื่อหน่ายภาวนาให้มันจนเกิดความคลายกำหนัดยินดี

อุเทสคาถา "จิตฺตํ ทนฺตํ สุขาวหํ"

อธิบายความ ผู้อบรม ผู้ฟอกฝนจิตของตน สั่งสอนจิตของตนมีสติ สัมปชัญญะ ระวังตนอยู่ทุกเมื่อ รักษาในคุณความดี เป็นผู้หมั่นขยัน ตั้งอยู่ในความเพียร ชำระมลทิน บาปทั้งหลายเหล่านี้ออกจากดวงจิต มากระทำความเพียรอยู่ทุกขณะทุกวัน ชำระมลทินออกจาก

จิตแล้ว ฝนทั่งให้เป็นเข็ม ฝนไปฝนไป อาศัยฉันทะ ความพอใจ อาศัยวิริยะ ความพากเพียร อาศัยจิตตะ ตั้งจิตจดจ่อมุ่งมั่น อาศัยวิมังสา ใคร่ครวญพิจารณาให้รอบคอบอยู่เสมอ จะฝนจิตของเราให้เลื่อมปภัสสร ฝนไปฝนไป ให้มลทินอ่อยซ่อย หมดมลทิน แล้วมีแต่ธาตุรู้ ธาตุอันบริสุทธิ์เรียกว่า "อัญญาตาวิญทรีย์" เป็นธาตุอันบริสุทธิ์ผุดผ่อง จิตบริสุทธิ์แล้ว จะไปทางไหนก็ได้ ไม่มีการขัดข้อง

ทีนี้ไม่มีความเดือดร้อน เพราะไม่มีมลทินมาฉาบทาจิตอันนั้นเป็นสุข ท่านจึงว่า จิตที่ผึกฝนดีแล้วนำสุขมาให้ อยู่ในโลกนี้ก็มีแต่ความสุข ความทุกข์ไม่มี มันเป็นธรรมดาของอัตตภาพสภาวะความเป็นเองของมัน ถึงมันจะทุกข์ปานใด ไม่มีความเดือดร้อนหวาดเสียวต่อความทุกข์นั้น จะเป็นจะตายก็ไม่มีความอัศจรรย์มัน นี้ท่านเรียกว่ารู้เท่าสังขาร จิตไม่หวั่นไหว จิตของผู้นั้นได้ชื่อว่า ไม่มีโศก ไม่มีเศร้าท่านผู้รู้จึงว่า "อโสกวิรช" จิตมีกิเลสเพียงดังธุลีไปปราศแล้ว จิตอันนี้เป็นจิตบริสุทธิ์ จิตสูง ขาดจากความยึดความถือ จิตของพระอริยเจ้าเป็นอย่างนั้นแหละ

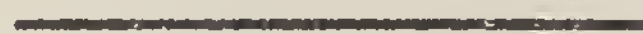
จิตของพระพุทธเจ้าไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรม คือมีลาภก็ไม่มีความยินดี เสื่อมลาภก็ไม่มีความยินร้าย ความสรรเสริญ พระพุทธเจ้าก็ไม่ตื่น นินทา พระพุทธเจ้าก็ไม่โศกเศร้าเสียใจ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจท่านจึงว่า มีลาภเสื่อมลาภ มียศเสื่อมยศ มีนินทา มีสรรเสริญ มีสุขมีทุกข์ ๘ อย่างเหล่านี้ พระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลายไม่มีความหวั่นไหว ไม่มีความยินดียินร้ายในอารมณ์ ๘ อย่างนี้ จึงได้ชื่อว่า จิตประเสริฐ จิตเกษม จิตฝึกใฝ่อยู่ในคุณงามความดี ฝึกใฝ่อยู่ในสติจิตให้รู้จักจิต ใจให้รู้จักใจ ให้จิตอยู่ในที่จิต ให้ใจอยู่ในที่ใจ มีสติประจำไว้อยู่อย่างนั้น

ถ้าผู้ตั้งใจบำเพ็ญ ฝึกหัดทำสติของตนให้สำเหนียกแม่นยำ "ตตฺถ เปกฺขา ภวิสฺสาม" เป็นผู้สำเหนียก ทำสติให้สำเหนียกแม่นยำอยู่อย่างนั้น เป็นผู้มีสติสมบูรณ์แล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้สมาทานอยู่ในสิกขาของตน ให้เป็นอธิศีล อธิศีล คือไม่หวั่นไหว ไม่ขาดวิ่น ไม่ขาดตกบกพร่องเรียกว่า ปกติศีล ปกติศีล คือศีลไม่ขาด ไม่มีด่าง ไม่มีพร้อย "อธิสีลสิกฺขาสมาทาเน อธิจิตฺตสิกฺขาสมาทาเน อธิปญฺญาสิกขาสมาทาเน ตตฺถ อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ" ด้วยความไม่ประมาท มีสติอยู่ทุกเมื่อ ผู้มีสติสัมปชัญญะหัดทำให้แม่นยำ ให้ชำนาญ ผู้นั้นได้ชื่อว่าใกล้เข้าๆ ใกล้อะไร ใกล้ต่อพระนิพพาน ผู้นั้นได้ชื่อว่า เป็นผู้ไม่ประมาท ตกปากทางของพระนิพพานแล

จงพิจารณาทำจิตให้สบาย ไม่ฟุ้งซ่านถึงเรื่องโน่นเรื่องนี้ แล้วภาวนาตั้งสติให้อยู่ในอารมณ์เดียว พอสมาธิเกิดจะเห็นแสงสว่างเหมือนแสงไฟฟ้า พิจารณาใช้ปัญญาวิปัสสนาต่อไป ถ้าหากภาวนาเท่าไรๆ จิตไม่สงบลงได้ ท่านให้ใช้ปัญญาเลยทีเดียว พิจารณา ธาตุขันธ์ ปัญจกกรรมฐาน คือ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อาการ ๓๒ หรืออะไรๆ ก็ได้ เช่น เรื่องนรก สวรรค์ พุทธานุสสติ สังฆานุสสติ เป็นต้น นึกไปไตร่ตรองไป ใจมันสงบลงเอง เมื่อให้ใช้ปัญญาชั่วขณะหนึ่ง และจิตสงบก็ให้พักอยู่ในสมาธินั้นสักครู่หนึ่ง คือภาวนาเรื่อยๆ ไป ให้จิตเป็นสมาธิมากๆ ขึ้น แล้วจึงหวนกลับมาใช้ปัญญาต่อไป ท่านเปรียบเหมือนกรรมกรทำงานแบกหาม เขาเริ่มทำงานสองโมงเช้า พอเที่ยงเขาก็หยุดพักกินข้าว บ่ายโมงก็เริ่มทำงานใหม่ จนบ่ายสี่โมงเย็นเขาก็เลิกทำงาน คือทำงานแล้วก็หยุดพักผ่อนชั่วคราวจึงทำงานต่อไปใหม่ การปฏิบัติทางจิตต้องทำอย่างนี้ ต้องให้จิตมี

เวลาได้พักผ่อนบ้าง ขืนใช้ปัญญาตะบันไปไม่ถูกทางไม่ถูกหลัก ขืนสงบเป็นสมาธิเรื่อยไปก็ไม่มีประโยชน์ มันเหมือนกับสมาธิหัวหลักหัวตอ เป็นเสาไม้ตั้งโด่ไม่มีประโยชน์อะไรเลย หรือเวลาจิตสงบเห็นนิมิตเห็นโน่นเห็นนี่มันก็ไม่ได้ประโยชน์อะไรเลย ให้พิจารณาสังขารว่าเป็นปฏิกูล ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนดู ๆ ไป จนจิตละคลายความยึดมั่นถือมั่น ว่าเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล หญิงชาย ให้พิจารณาจนเกิดความเบื่อหน่ายในสังขารนี้ ให้ท่องคาถาสองบทนี้ไว้ให้ขึ้นใจ คือ

สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา
สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตาติ ฯ



บันทึกธรรม - คำอบรมสั่งสอน

ของ

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร

วัดป่าอุดมสมพร อ. พรรณานิคม จ. สกลนคร

---

๒๑ เมษายน ๒๕๐๙

กลางคืนเวลา ๑๙.๐๐ น. พระเณรทั้งวัดไปที่กุฏิท่านอาจารย์ ท่านนั่งพิงหมอนสามเหลี่ยม เทศนาสั่งสอนทุกคืนครั้งละประมาณชั่วโมงเศษ ๆ ท่านจับเอาจิตของคนใดคนหนึ่งมาอบรมสั่งสอนให้คนอื่นได้ปฏิบัติตามด้วย ท่านคล้ายพ่อที่น่ารักน่าเคารพบูชาที่สุดองค์หนึ่ง เต็มไปด้วยเมตตา วันนี้ท่านสอนว่า "พอจิตเป็นสมาธิแล้วให้ใช้ปัญญาพิจารณาต่อไป พอปัญญาถึงขั้นสูงแล้วจิตจะไม่ยอมพักผ่อนเลย จะเดินยืนนั่งนอน มันเป็นธรรมะไปหมด ปัญญาจะกระซิบอยู่เรื่อยว่า 'นั่น ๆ มันยังงั้น ๆ ๆ นะ มากมายจนรู้สึกว่ารับแทบไม่ไหว หลับลงเสียได้เมื่อนั้นแหละจิตจะหยุดสงบ ท่านเล่าว่า ท่านอาจารย์มั่นท่านเทศน์ได้ไพเราะจริง ๆ ไม่รู้ว่าไปขุดค้นเอาภาษาบาลีที่ไหนมาเทศน์ ทั้ง ๆ ที่ท่านก็ไม่ได้เรียนรู้มาเท่าใดเลย ท่านเคยบอกว่าปัญญามันไหลมาเอง ท่านอาจารย์ฝั้นเทียบให้ฟังว่า ทีแรกปัญญาเราเหมือนยางในรถยนต์สูบลมแล้วโยนลงไปในน้ำ กดยังไง ๆ มันก็จะโผล่ขึ้นมาเหนือน้ำอีก แต่พอปัญญาเราแก่กล้ามันก็เหมือนกับก้อนหิน โยนตูมลงไปในน้ำจมดิ่งหายไปเลยทีเดียวเพราะมันมากมายเสียเหลือเกิน ทำยังไง ๆ ก็ไม่มีหมด ท่านเปรียบถึงพระพุทธเจ้าทรงเทศน์เรื่องเวสสันดรชาดก ปัญญาของพระองค์ท่านสุขุมลึกซึ้งมากมาย มีใช้อยู่ตลอดเวลา แม้

กระทั่งเวลาเดินไปในป่าเห็นนก เห็นต้นไม้ กระรอก กระแต สิงสาราสัตว์ ท่านก็เล่าสาธยายพรรณนาให้ฟังอย่างไพเราะ คือเป็นธรรมะไปหมด

ท่านอาจารย์เตือนให้เร่งทำความเพียรให้มาก การให้ทานรักษาศีลร้อยครั้งพันครั้งก็ไม่เท่ากับนั่งภาวนาหนเดียว นั่งภาวนาร้อยครั้งพันครั้งกุศลที่ได้ก็ไม่เท่ากุศลจิตที่สงบเป็นสมาธิ เกิดปัญญาเพียงครั้งเดียว”

๒๒ เมษายน ๒๕๐๙

ท่านอาจารย์ถามท่านสุจินต์ว่าเป็นยังไงบ้าง ท่านสุจินต์บอกว่าสงบน่ะพอได้แต่ไม่มีอุบายพิจารณาปัญญาเลย ท่านอาจารย์จึงเริ่มอบรมดังนี้.–

“ความสงบมันไม่พอจึงไม่มีปัญญาค้นคิด เราต้องพิจารณามูลกรรมฐานให้มากๆขึ้นไปอีก (คือ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ที่พระอุปัชฌาย์สอนเวลาอุปสมบท) กามาวจรจิต คือจิตเราสัมผัสอยู่ในกามารมณ์ทั้งหลาย เราปล่อยวางรูป รส กลิ่น เสียง โผฏฐัพพะไม่ได้ จิตมันก็หนีแวบไป เพราะมันอดเผลอไม่ได้ ฉะนั้นจงวางละออกจากกามทั้งหลาย มองเข้ามาดูรูปภายในของเรา ดูอายตนะภายในสิ่งใดเกิดขึ้น เพ่งให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันเกิดดับอยู่เรื่อยเราก็ไม่ข้องไม่หลง มองอยู่ในรูปนี้แหละ สุขก็เห็น ทุกข์ก็เห็นๆทุกอย่าง เห็นสิ่งใดเกิดขึ้นแล้วมันก็เสื่อมไป ดับไปเป็นธรรมดา พอเราเห็นมันเป็นธาตุธรรมไปหมดแล้ว มันไม่มีตัวตนเราเขา เราวางหมดปล่อยได้เพราะเห็นเป็นธาตุต่างๆเราก็วางไปเอง พอจิตละจากรูปไปมันก็หยั่งลงอรูป ทีนี้มันก็ว่างหมด เป็นอากาศว่างเปล่า คือต้องค้นคิดพิจารณาดูรูปให้มาก แล้วมันจะต่อไปอรูปเอง

เพ่งดูรูปแล้วก็น้อมเข้ามา อย่าส่งไปนอก ดูให้มันหายสงสัย เพ่งอสุภะว่ามันเป็นจริงหรือไม่จริง เพ่งกสิณดูธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ สีแดงซึ่งเท่ากับเลือดในตัวเรา สีขาวเท่ากับกระดูก ดูเนื้อหนังมังสา ให้เห็นเป็นดินให้ได้ ก็จะแน่ใจว่าของพวกนี้ไม่เที่ยง นี่แหละจะดับ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ได้ อันไหนเป็นน้ำก็สงเคราะห์เข้า เป็นน้ำ อันไหนเป็นไฟ เป็นลม จนแลเห็นอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของ ร่างกายเป็นธาตุแท้ไปหมด เห็นเป็นของสมมติไปเราก็ละสังโยชน์ สักกายทิฏฐิได้ จงเร่งความเพียรอาศัยศรัทธาที่มีอยู่เพ่งจนเห็นเป็น ธาตุให้ได้ เราก็จะไม่หลงรูปต่อไป นี่แหละเป็นอุบายปัญญา เราไปหลง อยู่มันจึงไม่มีอุบายต้องค้นจนเรียกว่าหมดสมมติกันทีเดียว ไม่มีสัตว์ บุคคลตัวตนอีกต่อไป จิตเราเห็นแล้วก็วางอารมณ์หมด เดิมทีเราไป สมมติแต่งตั้งว่าเป็นหญิงเป็นชาย แต่เราก็ไปหลงเขา เราต้องรู้อยู่เสมอ ยถาภูตํ มันตั้งอยู่อย่างไร ดูกระดูก มันเป็นกระดูกหรือ เราสมมติมัน ต่างหาก เราเป็นคนตรงไหน เนื้อ หนัง กระดูก เป็นต้น เป็นคนไหน? เราไปเรียกมันว่า เนื้อ หนัง กระดูก เองต่างหาก พึงแก้ละสมมติ ถอดถอนออกให้หมดเป็นจิตวิมุตติ เราก็หลุดพ้น เมื่อพิจารณาลงได้ ดังนี้แล้วก็จบกัน หมดสมมติ เพราะอารมณ์อันเดียวเราถึงได้ติดภพ ติดชาติ มันผ่านมากี่ภพกี่ชาติแล้วก็ไม่รู้ อารมณ์ของเก่าทั้งนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงแยกจำแนกออกให้ดูหมด เพื่อเราจะได้ละสมมติ ว่าสวยงาม ลองพิจารณาเข้าไปภายในแล้ว เห็นมันสะอาดสักอย่าง หนึ่งไหม โสโครกทั้งนั้น ไม่เห็นมีอะไรเป็นแก่นสาร เราทำจริง ๆ ก็ จะรู้จริงเห็นจริงเอง ค้นธาตุ ค้นขันธ์ ค้นอายตนะ ค้นปฏิจจสมุปบาท รูปก็สักแต่ว่ารูป เวทนา สัญญา เป็นต้น ก็สักแต่ว่ารูป เวทนา สัญญา

มันเป็นของสมมติทั้งนั้น ไม่ใช่ตัวตนอะไร ล้วนแต่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สังขารทั้งหมดไม่เที่ยง สัจจธรรมทั้งหลายไม่ใช่ตัวตนทั้งสิ้น เราต้องพิจารณาดูว่าที่พระพุทธเจ้าทรงสอนนั้นจริงหรือไม่จริง มันเป็นยังไงถึงไม่ใช่ตัวตน มันเป็นไปเพื่อโรคภัย เกิด แก่ เจ็บ ตาย ทั้งสิ้น บังคับมันไม่ได้ เรามากำหนดเพ่งดูจิตของเรา ดูความรู้นั้นมันก็ไม่หลง เพ่ง ๆ จนมันรู้ว่า อ้อมันจริงอย่างนี้นี่เอง อย่างที่ท่านอัญญาโกญธัญญะท่านร้อง "อญฺญาสิ โกณฺธญฺโญ"

เพ่งจนจิตสงบ ไม่ต้องไปเอาอื่นมาเป็นอารมณ์พิจารณาดอก เราต้องทำลายสมุฏฐานของโรค โดยกำหนดจิตเพ่งดูว่าโรคนี้เราอยากได้ไหม ถ้าไม่อยากได้ ถามเจ้าของเขาว่า อยากหายไหม เป็นต้น หรือว่าจะปล่อยให้มันเป็นอยู่อย่างนี้ต่อไป ถ้าไม่อยากได้ไม่อยากเป็น ๆ เพราะเหตุใด มันก็เพราะเราหลง

เอาอารมณ์นั้นแหละเป็นสมุฏฐานเพ่ง ถ้ามันเคลื่อนเราก็พูดได้ว่าจิตตัวนี้แหละจะไปก่อสร้างเวรภพชาติต่อไปอีก เราจะกำหนดจุดที่ตรงใดก็ได้ ถ้ามันไหวออกจากวงนั้นก็บอกได้ว่ายังติดอยู่ในภพชาติต่อไป แต่พอจิตสงบ มันมีนิมิตละลายอะไรๆ ได้หมด ตัวเบาไม่มีทุกข์ไม่มีโรค ไม่มีภัย มันก็หลุดพ้น เพ่งดูทั้งกลางคืน กลางวัน ยืน เดิน เพ่งเรื่อยไป พอจิตสงบมันก็มีอุบายฉลาดขึ้นมา ไม่มีเวรภัย เรียกว่าพ้นทุกข์ จิตเรามันเชื่อง มันก็นิ่งสงบได้ง่าย เรากำหนดให้มันแตกขาดออกไปคล้ายเผาไฟแข้งขาร่างกายทั้งหมดให้เหลือแต่ขี้เถ้า เอาผมไว้กองหนึ่ง ขนกองหนึ่ง เล็บกองหนึ่ง หนังกองหนึ่ง แบ่งเป็นกอง ๆ ไป แล้วนั่งเพ่งดูอยู่อย่างนั้นแหละ จนจิตนิ่งมันก็หมดจากคนแล้ว จะเอาอะไรมาเป็นตัวตน ไม่มีเจ็บไม่มีป่วย จิตมันก็สบายผ่องใส ที่แรกเราไม่

สบาย เพราะเรามันหลงไปติดมันอยู่ จนเกิดโลภะ โทสะ โมหะ ทีนี้พอเราเผามันหมดแล้ว เราจะเอาอะไรไปยินดี ไปโลภ ไปโกรธ ไปหลงล่ะ

เราต้องหัดเดินจงกรม เพ่งไปให้เหลือแต่โครงกระดูก เอาไปกองไว้แล้วหัดตัดแข้งตัดขาออกมาเป็นชิ้นๆ ดูให้ซึ้งเข้าไป จนเราไม่หลง ตาเราก็ควักออกมาดูซิ กระโหลกศีรษะก็เอามาผ่าดู แล้วเพ่งจนละสัญญาความสำคัญมั่นหมายทิฏฐิมานะ ละสักกายทิฏฐิเสีย เราควักตาออกมาดู มันมีอะไรในนัยน์ตานี้ เราจึงได้หลงว่ามันสวยงามนัก เพ่งดูอยู่อย่างนี้แหละ สมมติว่าตาแตกหรือทะเล้นออกมา มันเป็นยังไง ต้องหัดพิจารณา อย่างนี้แหละจึงจะออกจากโลกได้ ถ้าไม่เช่นนั้น ยังมีรักมีชัง ติดหลงอยู่เรื่อย เพราะความหลงนี้แหละเราจึงไปไหนไม่ถูก

เมื่อมีศรัทธาเป็นใหญ่ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ ก็ตามมาพร้อมด้วยปัญญา จิตมันจะสงบได้อย่างไร ถ้ามันไม่เข้าหาหลักธรรม พอมันสงบ มันก็มีกำลัง ขจัดภัยทั้งหลาย

๒๓ เมษายน ๒๕๐๙

ท่านอาจารย์ถามพระวิกรม ว่าปฏิบัติอย่างไรบ้าง? เข้าใจมูลกรรมฐานหรือยังเล่า? แล้วท่านก็อบรมสั่งสอนต่อดังนี้–มูลกรรมฐาน เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ มันมีสัญญาเป็นอย่างนั้น เราต้องเพ่งดูมันจริงหรือไม่จริง นโม – หัวใจของเรารู้จักได้ไหม นอบน้อมสักการะพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ บิดามารดา เราไม่ประมาท ทุกอย่างมันเกิดมาจากดินกับน้ำ ถ้าไม่มีก็เกิดไม่ได้ เช่นตัวเราก็เอาดินและน้ำนี้มาเกิด ฉะนั้นน้อมใจลงไปในอะไร มันก็เป็นดินและน้ำทั้งนั้น ทำงาน ทำไร่ ไถนา มันก็เกิดจากดิน – น้ำนี้แหละเป็นทรัพย์ในดิน

สินในน้ำ เราหาทรัพย์สินได้มาก็เกิดจากดิน – น้ำ แผ่นดินน้อยใหญ่ คนเราก็เหมือนกันทั้งนั้น บางคนใหญ่โต บางคนโตน้อย เราต้องพิจารณา นโมนี้แหละน้อมไปเป็นเปรต เป็นคน เป็นสัตว์เดรัจฉานได้ มนุษย์คนเดียวนี้แหละเป็นได้หลายอย่าง ถ้าคิดไปในทางต่ำก็ได้แก่คนบ้า คนขโมยเป็นต้น

น้ำถูกธาตุดำก็กลายเป็นสีดำ กลายเป็นสีเหลือง สีแดงไปได้ เรามาพิจารณาแยกธาตุจนเห็นชัด จะได้ไม่หลง ดับราคะ โทสะ โมหะได้ เพ่งดูที่นี้นะ คือปิตตัง (น้ำดี) เสมหะ เสโธ เมโธ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อยู่ที่ไหน มันเป็นสัตว์บุคคลตัวตนอะไร ? มันก็อยู่ในตัวเรานี้ทั้งหมด แต่เราไปเอามันมาถือว่า เป็นตัวตน หญิง ชาย พิจารณาโม เห็นแล้วก็ไม่หลง เพ่งดู น้ำมูก น้ำลายสิ มันมีสภาพของมันอย่างนี้แหละ ในที่สุดเราก็ถอดถอนอุปาทานละให้หมด แล้วเราก็จะไปเอาอะไรเล่า มันมีแต่มูตรคูถ น้ำเลือดเขาให้แต่คนที่เป็นโรคมะเร็งในเม็ดเลือด ตามธรรมดาให้ใคร ๆ เขา ๆ ก็ไม่เอา เมื่อจิตเป็นเช่นนี้ มันก็วางก็ว่าง เพราะเราไม่ได้หมายสัญญาว่ามันเป็นหญิงชาย สัตว์ หรือคนอะไรที่ไหน เพ่งดูสิ เช่นสมอง ผ่าศีรษะออกดู มันมีทิฏฐิมานะ กิเลส ตัณหา ยังไง ใครเป็นผู้กำหนัด ยินดี มันชอบอะไร หลงอะไร เพ่งทวนกระแสดู มันไม่ได้เป็นคนสัตว์อะไร มันเป็นธาตุเท่านั้น ในที่สุดเราก็วางอุปาทานไม่เห่อเหิม มีแต่ความสบายใจ เจริญมรรคได้ทุกขณะ มีแต่สัมมาสมาธิ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปโป สัมมาวายาโม สัมมาอาชีโว สัมมากัมมันโต สัมมาสติ เราบวชแล้วต้องตัดต้องละ หาทางออกจากกามภพ รูปภพ อรูปภพ ทวนกระแสพิจารณาดู เราก็จะละกิเลส ละสัญโยชน์ขั้นต้นสามอย่างได้

ในการทำสมาธิ เพ่งดูในส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายแห่งเดียวเท่านั้น เพ่งอันใดก็อย่าถอนจิตไปที่อื่น กำหนดจิต ผู้รู้ให้รู้ว่ามันจริงหรือไม่จริง เช่นดูเลือด ก็เอาเลือดมาดู ลักษณะอาการเป็นอย่างไร ทำไมเราจึงหลง หรือไม่หลงมัน ละได้ไหม นี่เป็นอุบายที่จะชำระจิตใจของเราให้ผ่องใส เมื่อไม่หลงแล้ว การลูบคลำ (สีลัพพัตตปรามาส) ความถือตัว (สักกายทิฏฐิ) ความสงสัยวิจิกิจฉามันก็ไม่มี นี่เรียกว่ารู้จริง เรามาพิจารณามูลกรรมฐานนี้ก็เพื่อจะแก้ไขโลภ โกรธ หลง ความทะเยอทะยานทั้งหลายให้หมดไป เพราะสิ่งเหล่านี้มันจึงไม่พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด

เราต้องเจริญกายคตาสติให้มาก ดูกายจนเห็นชัดเจน อย่าให้หลง เราจะเข้าสู่มรรคผลเราก็ต้องมาค้นที่นี่ เพื่อจะทำลายให้ได้ ไม่เช่นนั้นก็ยังเห็นเป็นตัวตน สัตว์ บุคคล เรา เขา อยู่ ต้องค้นที่มูลกรรมฐานนี้แหละ พิจารณาดูให้มาก ๆ ดูสิ พระอยู่ที่ไหน เณรอยู่ที่ไหน พระวิกรมอยู่ที่ไหน มันมีแต่ผม ขน ฟัน เล็บ หนัง เอาอะไรมาเป็นผู้ชาย ผู้หญิง คน สัตว์เล่า เมื่อไม่ยึดอย่างนี้แล้วเราก็ละได้ เมื่อไม่พิจารณา ก็ยังไปหลงสมมติ ผม ขน ฟัน เล็บ หนัง อยู่นั่นแหละ

เพ่งดูให้มันแน่นอนถ้ายังไม่เห็นสิ่งเหล่านี้ว่าเป็นจริงอย่างนี้แล้วมันก็กำเริบมืดสนิท ดูซิจิตของเราเวลาไม่หลงมันเป็นสุขหรือทุกข์เล่า ให้รู้เข้าไว้ ไม่หลงเป็นวิชชา เมื่อเรามีสติเราก็ต้องหัดให้เป็นมหาสติ จึงจะระงับสมุทัยได้ เมื่อเห็นจริงลงแล้ว กระดูกนี้เราจะเอาไปทำไม มันมีประโยชน์อะไรเล่า เพ่งดูสิ เอาไส้ของเราเอง หรือของคนอื่นออกมาดู มันเป็นอย่างไง อยากได้ไหม ในที่สุดมันก็เกิด นิพพิทา เบื่อหน่าย ส่วนผมก็เพ่งจนเกิดนิมิตปรากฏประจักษ์ อย่าให้เคลื่อน

ไป น้อมผมเข้ามาสู่จิตของเรา ไม่ใช่เอาจิตไปดูอยู่ที่ผม เมื่อดูจนรู้จิตตกลงมันก็สงบ ไม่ต้องว่าเกสา ๆ หรือผม ๆ ต้องเพ่ง ๆ เป็นปฏิกูล กำหนดจิตให้นิ่ง เห็นผมใสชัดเวลาหลับตาลืมตา พอนึกขึ้นมาก็เห็นแต่ผมใสแจ๋ว จิตก็ไม่สงสัย ถ้าเราให้จิตนิ่งมันไม่นิ่ง เราแพ้มัน แต่ถ้าเพ่งจริง ๆ จนเห็นชัด จิตก็สงบเอง จิตมันฝังอยู่ในนั้นทำให้เห็นจริงเห็นแจ้งเพ่งจนชำนาญฝังลงไปในเนื้อในหนังและส่วนอื่น ๆ ดูว่ามันเป็นอย่างไง มันของจริงหรือไม่จริง สะอาดไหม ทุกสิ่งทุกส่วนในร่างกายลองฝังจิตเข้าไปดู ถอดฟันออกมาดูซิ หนังก็เถือเอาออกมาให้หมดทั้งตัวแล้วเพ่งดู ๆ เพราะเหตุใด ดูเพื่อไม่ให้มันหลง สมมติว่าเราเกิดมาไม่มีผม ขน ฟัน เล็บ เป็นต้น มันจะเป็นอย่างไร น่าดูไหม ที่เข้าไปเพ่งดูก็เพื่อจะให้เห็นชัดเจนจนเป็นสมาธิ

เราจะเข้าที่ปฏิบัติทุกเวลา ต้องค้นดู พอเห็นชัดอย่างนี้จิตมันก็สงบ คอยเพ่งดูอยู่อย่างนี้แหละมันมีกายกับจิตเท่านั้น เมื่อเห็นกายแล้วมันก็ถึงจิต ไม่มีการหลงต่อไป ข้อสำคัญก็คืออุปาทานไปยึดว่าเป็นหญิง ชาย สัตว์ บุคคล ญาติพี่น้อง ลูกหลาน เราจะไปห่วงอะไรอีกเล่า ในที่สุดเห็น เอกํ จิตฺตํ แล้วมันก็ไม่มีอะไรเกาะเกี่ยวอีกต่อไป ยถาภูตํญาณทสฺสนํ มันเป็นจริงอย่างนี้

เอาหนังออกหมด มันก็เหลือแต่กระดูกเขาแขวนไว้ที่โรงพยาบาล มันเป็นพี่เราหรือน้องเรา ไม่เป็นทั้งนั้น ในที่สุดไม่มีบ้านไม่มีเมือง ไม่มีดีชั่ว เห็นแต่ร่างกระดูกทั้งนั้น เราจะยินดี จะเกลียดอะไรอีกเล่า พระพุทธเจ้าทรงเทศน์สอน เปรียบให้เห็นเหมือนสองฝั่งแม่น้ำ คือความรักกับความชัง เมื่อมีรักมันก็มีชัง มีหลง มันก็เป็นทุกข์ มีห่วงเครื่องผูกร้อยรัดสัตว์ทั้งหลาย เราต้องเดินท่ามกลางทางนั้นแล

จึงไม่มีอันตราย จิตของเราก็ฉันนั้น ถ้าไปติดที่สองฝั่งแม่น้ำ มันก็ทุกข์ทั้งนั้น ถ้าเราไม่ติดจิตของเราก็สงบเป็นสุข เราต้องเพ่งดูการปฏิบัติของเรา กำหนดมูลกรรมฐานนี้เป็นอารมณ์ เห็นอยู่อย่างนี้ ทุกอิริยาบถทุกที่ทุกเวลา ชีวิตของเรานี้น้อยนักหนา เรามีอยู่แต่ลมหายใจเข้าออกนี้แหละ ท่านอาจารย์ยกเรื่องพระพุทธเจ้าตรัสกับพระสาวก ให้มีสติระลึกถึงความตายทุก ๆ ลมหายใจเข้าออก อะไรเล่าเป็นทุกข์ในโลกนี้? ทุกข์ คือ ชาติ ชรา มรณะ เมื่อเราไม่พิจารณามันก็พาเราหลง ท่านยกตัวอย่างตอนอยู่ในครรภ์มารดามีแต่มูตรคูถ คลอดออกมาก็มีแต่มูตรคูถ นอนแบเบาะก็มูตรคูถทั้งนั้น ทีนี้อยู่นานมา ชราเข้ามาแทรกแล้วก็เจ็บ ตาย เวลาตาย แล้วก็มีแต่น้ำเหลืองน้ำหนองไหลเน่าอยู่ เมื่อเห็นดังนี้แล้วจะหลงอะไรอีกเล่า จิตมันก็สงบเป็นสมาธิ ดูนางศิริมาคนสวยครั้งพุทธกาลสิ พระภิกษุและใครๆ ก็หลงใหลความงามของนาง แต่พอตายแล้วพระพุทธเจ้าให้พระภิกษุไปดู จะขายให้ราคาถูกที่สุดเท่าใด แม้จะให้เปล่า ก็ ไม่มีใครเอา ท่านอาจารย์ได้ยกตัวอย่างพระภิกษุรูปหนึ่งนั่งเจริญกรรมฐานอยู่ มีหญิงคนหนึ่งผ่านไป มีคนถามว่าเห็นผู้หญิงผ่านไปเมื่อครู่นี้หรือเปล่า ท่านก็บอกว่าเห็นแต่โครงกระดูกไม่ทราบว่าเป็นหญิง เป็นชาย และอีกรูปหนึ่งแลเห็นพื้นผู้หญิงยิ้มเยาะท่าน ๆ ก็พิจารณาเห็นเป็นของน่าเกลียดได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์หลังจากนั้น

อาตุรํ อสุจึ ปูตึ ปสฺส นนฺเท สมุสฺสยํ
อุคฺฆรนฺตํ ปคฺฆรนฺตํ พาลานํ อภิปตฺถิตํ

นันทา เธอจงดูซิ กายนี้อาดูรไม่สะอาด เป็นของเน่าเปื่อย มีของปฏิกูลไหลเข้า ไหลออกอยู่เสมอ คนพาลเท่านั้นที่ปรารถนาอยากได้

ธรรมะปกิณกะ

โดย

พระมหาวีระ ถาวโร

วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๑๗

การอธิบายในวันนี้ เห็นว่าบรรดาท่านพุทธบริษัททั้งหลาย เก่าก็มีใหม่ก็มี ถ้าจะพูดเฉพาะอันดับสูงอย่างเดียว บรรดาท่านพุทธบริษัทมาใหม่จะไม่เข้าใจ ฉะนั้น วันนี้ขอพูดระดับต้นแล้วก็ปลายนิดหน่อย สำหรับระดับต้นก็ขอแจ้งให้ทราบว่า การเจริญพระกรรมฐาน พระพุทธเจ้ามีความมุ่งหมายในด้านสมถภาวนา คือให้มีการทรงสติสัมปชัญญะ คำว่า สติ หมายถึงความสำนึกอยู่ สัมปชัญญะหมายความว่ารู้ตัวอยู่ และสติสัมปชัญญะที่ใช้อยู่เวลานี้ ความจริงนี่นักเจริญสมาธินี่เอาสติสัมปชัญญะไปใช้ได้ทุกแบบ ทุกสถานที่ แล้วก็งานทุกประเภท เพราะว่าบุคคลใดทำจิตถึงฌานเป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะดีขึ้นประมาณ ๕๐--๖๐% อย่างนี้จะมีการตัดสินใจในงานเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดีไม่ค่อยผิดพลาดว่ากันถึงทางสายโลก ทีนี้ทางธรรมพระพุทธเจ้าทรงสอนให้บรรดาท่านพุทธบริษัททั้งหลายทรงสติสัมปชัญญะก็เพื่อจะให้นึกไว้ รู้ตัวไว้ว่าเราเกิดมาเพื่อแก่ เพื่อเจ็บ เพื่อพลัดพรากจากของรัก ของชอบใจ แล้วก็เพื่อตาย คนทุกคนเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ จะต้องพลัดพรากจากของรัก ของชอบใจเป็นปกติ คือว่าเป็นปกติไม่ใช่เรื่องผิดธรรมดา เป็นธรรมดาของผู้ที่เกิดมาแล้วต้องเป็นอย่างนั้น ฉะนั้น ขอให้บรรดาท่านพุทธบริษัทรู้ไว้เสมอและนึกไว้เสมอว่า

เราเกิดมาเพื่อป่วยไข้ไม่สบาย ถ้าความป่วยไข้ไม่สบายเกิดขึ้นก็ว่าเป็นเรื่องธรรมดาปกติของมันเป็นอย่างนี้ อย่าตกใจ อย่าดิ้นรนจนเกินไป เรื่องการรักษาพยาบาลเป็นการระงับเวทนาเป็นของธรรมดา ถ้าหมอสามารถจะรักษาให้หายได้ถือว่าเป็นโชคดีของเรา ถ้าหมอไม่สามารถรักษาให้หายได้ หรือไม่สามารถจะทนทุกขเวทนาได้ก็ถือว่าเป็นกฎของกรรม เป็นธรรมดาของเรา เกิดมาต้องประสบอย่างนี้ ถ้าความแก่ปรากฏก็เหมือนกัน เรื่องที่จะพลัดพรากจากของรักของชอบใจก็เหมือนกัน คือว่าเป็นปกติธรรมดาของคนที่เกิดมาจะต้องประสบ ฉะนั้น เมื่อความแก่เกิดขึ้นจงอย่าตกใจ เรารู้ตัวอยู่แล้วว่าเราจะต้องแก่ สภาพของคนแก่เป็นอย่างไรเราก็ทราบอยู่แล้ว และของที่รักที่ชอบใจจะพลัดพรากจากเราไปก็ถือว่าเรารู้อยู่แล้วว่า สภาวะของมันจะเป็นอย่างนี้ ทำจิตใจให้พร้อมอยู่เสมอ แล้วที่สุดความตายก็มาถึง นี่เรารู้อยู่ว่าเราเกิดมาเพื่อตาย ที่พระพุทธเจ้าท่านแนะให้ทรงสติคือนึกเอาไว้เสมอ สัมปชัญญะรู้อยู่ว่าเราจะต้องเจ็บ จะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจ และความตายเป็นที่สุด ทั้งนี้ก็เพื่อประโยชน์อะไร ก็มีอยู่ว่า ก็เพื่อท่านพุทธบริษัททั้งหลาย จะได้ไม่ลืมจากความเป็นจริง และเมื่อเรารู้ตัวอยู่ตามความเป็นจริงแล้ว และทราบแล้วว่าการตายมีสภาพไม่สูญ ไอ้สิ่งที่มันตายจริง ๆ คือขันธ์ ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันตาย แต่ว่าจิตใจหรืออทิสมานกายที่สิงอยู่ภายในกายนี้มันไม่ตาย ถ้าร่างกายนี่มันพังเมื่อไร มันจะออกจากร่างกายเมื่อนั้น ถ้าความดีติดมันไปมันก็พาไปสู่ความสุข ไปเข้าแดนของความสุขมีสวรรค์ เป็นต้น แต่ถ้าความชั่วเกาะตามจิตใจไปก็พาลงอบายภูมิ นรก เป็นต้น นี่ที่องค์สมเด็จพระทศพลบรมศาสดา

สัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้บรรดาพุทธบริษัทนึกไว้และรู้ตัวไว้ ว่าเราจะต้องแก่ จะต้องบ่วยไข้ เมื่อถึงแล้วเราจะไม่หนักใจว่าความบ่วยเป็นธรรมดา ของรักของชอบใจมาพลัดพรากจากไป เราจะไม่หนักใจเพราะเราทราบอยู่ .

ทีนี้ตอนจะตาย พอความตายเข้ามาถึงเราก็ไม่หนักใจ เพราะอะไร เพราะคนเราถ้ารู้อยู่ว่าจะตาย ก็ต้องเตรียมพร้อมมีอาการเหมือนกับย้ายบ้าน ถ้าเรารู้ตัวว่าเราจะต้องย้ายจากบ้านหลังนี้ไปอยู่ที่อื่น เราต้องเตรียมพร้อมไว้ก่อน ว่าอะไรบ้างจำเป็นสำหรับเรา สถานที่นั้นมีอะไรบ้างที่จะบันดาลความสุขให้แก่เรา ความขาดแคลน ความสุขจะไม่มี แล้วเตรียมทุกสิ่งทุกอย่างเข้าไว้ เตรียมตัวเข้าไว้เพื่อการเดินทางไปสู่บ้านใหม่ ที่เราจะไปใหม่ บ้านใหม่ที่จะไปอยู่มี ๒ บ้าน บ้านหนึ่งมีแต่ความทุกข์ยากขาดแคลนทั้งหมด มีแต่ความทุกข์ร้อน อีกบ้านหนึ่งมีแต่ความสุขความสบาย ทีนี้บ้าน ๒ บ้าน ได้แก่ อบายภูมิ กับสุคติ ถ้าหากว่าเราต้องการเป็นคนยากจนเต็มไปด้วยความเร่าร้อนเราก็เลิกเคารพในศีล ๕ ในกรรมบถ ๑๐ เสีย เพียงเท่านี้ก็ตกนรกได้ไม่มีใครเขาขัดคอ ทีนี้เมื่อเราไม่ต้องการบ้านหลังนั้น เราต้องการความสุข มีสวรรค์ พรหมโลก และนิพพาน เป็นที่สุด เราต้องการความสุขชั้นสวรรค์ เราให้ทานเป็นปกติด้วยความเต็มใจ รักษาศีลเป็นปกติด้วยความเต็มใจ ๒ ประการนี้ พาเราไปสวรรค์ในแบบสบาย ถ้าเราต้องการไปพรหมโลก เราก็เจริญสมาธิให้อารมณ์ติดตั้งอยู่ในอารมณ์ของฌานอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วเวลาจะตายก็เข้าฌานตายก็ไปเป็นพรหมตามบุญวาสนาบารมี ทีนี้ถ้าหากว่าท่านพุทธบริษัททั้งหลายเห็นว่านรกก็ดี เปรตก็ดี อสุรกายก็ดี สัตว์เดรัจฉานก็ดี มัน

เป็นทุกข์ การเกิดเป็นคนก็ตาม เป็นเทวดาก็ตาม เป็นพรหมก็ตาม มีความสุข แต่ว่ามีความสุขไม่ตลอดกาลไม่ตลอดสมัย เมื่อบุญวาสนา หมดไปเมื่อไร ก็กลับไปเสวยทุกข์ใหม่ เราไม่ต้องการ สิ่งที่เราต้องการคือ นิพพาน

ทีนี้คนที่เขาจะไปนิพพานเขาทำกันอย่างไร ความจริงการไปนิพพานเป็นของไม่ยาก ถ้าเรารู้จักวิธีการเสียอย่างเดียว ไม่มีอะไรจะยากเลย ไปนิพพานง่ายกว่าการไปนรกตั้งเยอะ ไปนรกต้องใช้กำลังใจใหญ่ ต้องใช้สรรพาวุธ ต้องวางแผนการณ์มาก วันหนึ่งเราจะต้องไปฆ่าคนบ้าง ไปฆ่าสัตว์บ้าง ประทุษร้ายคนบ้าง เตรียมการหนักเกรงว่าเขาจะสู้ เราจะลักขโมยของใครก็น่าหนักใจกว่าจะขโมยมาได้ ต้องใช้ความพยายามหนัก เราจะทำชู้กับธิดา ภริยา สามีของใครก็หนักใจ ไม่ใช่เรื่องเล็ก ถ้าเราจะโกหกชาวบ้านก็ต้องระวังวาจาอยู่ตลอดเวลา ต้องคอยนึกอยู่เสมอว่าคนนี้เราเคยพูดอะไรไว้บ้าง คนโน้นเคยพูดอะไรไว้บ้าง ก็เกรงว่าเขาจะจับได้ว่าโกหก ถ้าเราจะกลายเป็นคนบ้าคนคลั่งในการดื่มสุรา ก็น่าหนักใจ เพราะต้องลงทุนซื้อ นี่ก็เป็นอันว่าการไปนรกยากกว่าการไปสวรรค์ ยากกว่าไปนิพพาน หรือไปพรหมโลก

นี่เราต้องการไปสวรรค์ ไปนิพพาน ไปพรหมโลกทำอย่างไร ถ้าเราคิดว่าการให้ทานเป็นของหนักสำหรับเรา แต่ความจริงการให้ทานนี้ให้นิดหน่อยก็ชื่อว่าเป็นการให้ทาน อันนี้แม้ว่าข้าวสุกสักเม็ดหนึ่ง น้ำตาลสักเม็ดหนึ่ง เราให้เพื่อความประสงค์ดี ด้วยความเต็มใจก็ชื่อว่าเป็นผลของทาน บันดาลให้ไปสวรรค์ได้ หรือว่าเราจะรับศีลตามกำหนดเวลา จะหลับจะตื่นนึกถึงศีลทานการให้อยู่ตลอดเวลา

อย่างนี้เรียกว่าจาคานุสสติกรรมฐาน หรือว่าสีลานุสสติกรรมฐาน อย่างนี้ก็ไปสวรรค์ได้สบาย

เวลานี้ท่านพุทธบริษัททั้งหลายตั้งใจมาเจริญสมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา ทีนี้ถ้าเราจะไปสวรรค์ ไปพรหมโลก ไปนิพพานกันอย่างไม่ต้องลงทุนมาก ทีนี้บรรดาท่านพุทธบริษัทเวลาถึงโอกาสทำสมาธิ ขอให้ท่านรวบรวมกำลังใจ ตัดอารมณ์ฟุ้งซ่านเสีย กำหนดรู้ลมหายใจเข้าหายใจออก เวลาหายใจเข้าภาวนาว่า พุท เวลาหายใจออกว่า โธ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกเป็นอานาปานานุสสติกรรมฐาน เป็นกรรมฐานใหญ่ แล้วคำว่า พุทโธ เป็นพระนามความดีของพระพุทธเจ้า เพียง ๒ อย่างนี้ เพียงเวลา ๒–๓ นาที ที่จะให้ต่อไป ถ้าบรรดาท่านพุทธบริษัททั้งหลายทรงอารมณ์ไว้ได้ โดยจิตไม่กังวลกับเรื่องอื่น จิตว่างจากสิ่งอื่น ๆ รู้แต่ลมหายใจเข้าออกและคำภาวนา เพียง ๒–๓ นาที เท่านี้อาตมาจะพอใจมาก สำหรับคำภาวนาก็ดี ลมหายใจเข้าออกก็ดี ถ้าท่านพุทธบริษัททั้งหลายเคยปฏิบัติมาในสำนักอื่นอย่างไร ไม่ใช้คำภาวนาอย่างนี้ไม่เป็นไรจงอย่าเปลี่ยน ถ้าเปลี่ยนแล้วจะเป็นการตั้งต้นใหม่ อารมณ์ภาวนาไม่ว่าเป็นอะไรเหมือนกันหมด นี่เรียกว่าเราได้สวรรค์กัน แค่ทำจิตใจให้เป็นขณิกสมาธิ เราก็ไปสวรรค์ได้ แต่ยังเลือกชั้นไม่ได้ ถ้าอย่างดีก็เพียงรุกขเทวดา หรือภุมมเทวดา ถ้าหากว่าท่านพุทธบริษัทมีอารมณ์แก่กล้า สามารถทรงสมาธิอยู่ได้นาน ๆ ด้วยจิตใจเอิบอิ่ม จิตใจชุ่มชื่นจะทรงอยู่นานได้ ๕ นาที ๓ นาที แล้วก็เคลื่อนไปสู่อารมณ์อื่น แล้วรู้ตัวก็จับดึงเข้ามาใหม่ มีอารมณ์สบายใหม่ อย่างนี้ท่านเรียกว่าอุปจารสมาธิ ถ้าทรงได้อย่างนี้ หายไปบ้าง สลายไปบ้าง สลับกันไป คำว่า

อุปจารสมาธิจะตั้งอยู่นานไม่ได้ เพราะยังเป็นสมาธิเด็ก อย่างนี้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่าคนตายนั้นตายไปแล้วเกิดบนสวรรค์ชั้นยามา ถ้าคนสวดมนต์เป็นชีวิตจิตใจ ถ้าว่าไม่สวดมนต์แล้วนอนไม่หลับ ไม่สบายใจ อันนี้ไปเกิดชั้นยามาเหมือนกัน

ถ้าท่านพุทธบริษัททรงสมาธิได้ดีกว่านั้น กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ใช้คำภาวนาตามแบบสบาย ได้ยินเสียงข้างนอกพูดกัน ร้องเพลงกัน เขาว่ากัน เขาด่ากัน ฟังชัดทุกถ้อยคำ แต่เราไม่รำคาญในเสียงนั้น อย่างนี้ท่านเรียกว่าปฐมฌาน เป็นฌานที่ ๑ ถ้าทรงได้สัก ๒–๓ นาที มันก็เคลื่อนแล้วก็จับขึ้นต้นใหม่แบบนี้ ท่านตรัสว่าคนประเภทนี้เวลาจะตายทรงอารมณ์นี้ได้ ถ้าตายแล้วไปเป็นพรหม ความจริงรูปพรหมมี ๑๖ ชั้น จะไม่อธิบาย เอาแค่พรหมก็แล้วกัน แค่ปฐมฌานถ้าฌานดีไปกว่านั้นก็สูงไปกว่านี้

หากเราต้องการไปนิพพาน ถ้าอารมณ์ของเราสบายกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ใช้คำภาวนาตามสบาย ถ้าทิ้งคำภาวนานั้นเสียกลับมาพิจารณาร่างกายที่เราเรียกกันว่าขันธ์ ๕ รูป เวทนา สัญญาสังขาร วิญญาณ พิจารณาว่าอัตภาพร่างกายนี้เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มันเกิดแล้วเดี๋ยวมันก็ตาย ขณะที่ทรงกายอยู่มันเป็นทุกข์ ความป่วยไข้ไม่สบายก็มากีดกัน ความพลัดพรากจากของรักก็มารบกวน ในที่สุดร่างกายเราก็พัง เป็นอันว่าร่างกายนี้มันไม่ใช่เราไม่ได้เป็นของเรา เราไม่มีในร่างกาย ร่างกายไม่มีในเรา ถ้าร่างกายเป็นเรา เป็นของเรา มันก็ต้องไม่ป่วย ไม่แก่ ไม่ตาย เราไม่ต้องการอย่างนั้น เราห้ามมันไม่ได้ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ความตายเป็นของเที่ยง แต่ชีวิตความเป็นอยู่เป็นของไม่เที่ยง นี่เป็นของจริง ในขณะ

ที่มันทรงอยู่ก็เต็มไปด้วยความทุกข์ ฉะนั้น ถ้าเราอยากไปนิพพาน เราก็มาวางขันธ์ ๕ คือ ร่างกายไปเสีย คิดว่าอัตภาพร่างกายนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เป็นศัตรูร้ายของเราในที่สุด เพราะสิ่งใดที่เรารักยิ่งกว่าร่างกาย สำหรับภายนอกที่เราหวงแหนน่ะ มันหวงแหนไม่เท่ากับร่างกาย ปรนเปรอทุกอย่าง หิวก็หาอาหารมาให้ หนาวก็เอาผ้ามาห่ม ร้อนก็หาเครื่องทำความเย็นมา เวลาป่วยไข้ไม่สบายก็รักษาให้มีความสุข แต่ว่าเจ้าร่างกายนี่มันจะตามใจเราสักนิดก็ไม่มี ถ้าเป็นคนก็จัดว่าเป็นคนที่คบไม่ได้ มีความอกตัญญูไม่รู้คุณคน ฉะนั้นถ้าร่างกายมันไม่ดี มันเกิดมาแล้วมีความทุกข์ จะต้องแก่จะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจ จนตายลงไปในที่สุด ถ้าเราเกิดเมื่อไรก็มีความทุกข์ เราก็เลิกคิดอยากจะเกิดลงเสีย ตั้งใจเอาไว้ว่า ความเกิดถือเอาชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ชาติต่อไปไม่มีสำหรับเรา เราไม่ต้องการเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา เป็นพรหม เราไม่เห็นว่า มนุษย์ เทวดา พรหม เป็นแดนสวยสดงดงามที่จะดึงเราไว้ สิ่งที่เราต้องการคือ พระนิพพาน ถ้าบรรดาท่านพุทธบริษัททุกท่านมีความต้องการอารมณ์พระนิพพาน เวลาเรานั่งอยู่ก็ดี ต้องการพระนิพพาน ทำงานอยู่หรือเดินไปคุยกับเพื่อน ๆ ธุระต่าง ๆ อารมณ์ของเรารักพระนิพพานเป็นปกติ เวลาป่วยไข้ก็ตาม คิดว่าร่างกายเต็มไปด้วยความทุกข์ เต็มไปด้วยโรคภัย เราไม่ต้องการ สิ่งที่เราต้องการคือพระนิพพาน วางมานะเสีย คิดเสียว่า ญาติก็ดี พี่ก็ดี น้องก็ดี ลูกก็ดี หลานก็ดี คิดเสียว่าพ่อแม่ก็ดี สามีภรรยาก็ตาม สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไม่ใช่ของเรา ท่านญาติผู้ใหญ่ทั้งชายและหญิงไม่ช้าก็พ้นไปจากเรา เราก็จะตายไปจากท่าน เรามีทุกข์ตกนรกท่านก็ช่วยเราไม่ได้ ถ้าเราไปสวรรค์ไปพรหมโลก ไปนิพพาน ก็ไม่มีใครสามารถดึงเรากลับไป

ฉะนั้น สิ่งทั้งหลายที่เราต้องการคืออะไร นอกจากพระนิพพานอย่างเดียว คิดถึงพระนิพพานเป็นอารมณ์ และมองเห็นโลกทั้งโลกเต็มไปด้วยความทุกข์ แล้วไม่ใช่ทำจิตผลุบโผล่ จงน้อมใจท่านแล้วนึกถึงสมเด็จพระบรมครู ว่าเราเกิดมาแล้ว ทำหน้าที่ทุกอย่างให้ครบ แต่ทว่าสิ่งที่เราต้องการในอันดับสุดท้ายเวลาจะตาย คือ พระนิพพาน นี่ถ้าหากว่าบรรดาท่านพุทธบริษัททุกท่านทรงอารมณ์ได้ตามที่กล่าวมาเป็นอารมณ์ด้านกุศล เป็นเหตุให้บุคคลผู้นั้นเข้าถึงสวรรค์บ้าง พรหมโลกบ้าง พระนิพพานบ้าง เรียกว่าทำง่ายมากกว่าทำชั่วที่จะไปอบายภูมิ ฉะนั้น ก็ขอให้บรรดาท่านพุทธบริษัททั้งหลาย ถ้ารู้ตัวว่าจะตาย ท่านอยากจะไปทางไหนก็เลือกเอาตามอัธยาศัย พระไม่มีหน้าที่จะไปห้ามปรามหรือบังคับบัญชา

พระธรรมเทศนา

โดย

พระครูสันติวรญาณ
(พระอาจารย์สิม พุทฺธาจาโร)

แสดง ณ ถ้ำผาปล่อง อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

เมื่อวันที่ ๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๑

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาค อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

บัดนี้ ถึงเวลานั่งสมาธิภาวนา การนั่งสมาธิภาวนานี้ให้นั่งขัดสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้าย เอามือข้างขวาวางทับมือข้างซ้าย ตั้งกายให้เที่ยงตรงหลับตา เพราะว่าเวลานั่งสมาธิภาวนานี้เป็นเวลาหยุด ไม่มีการยืนการเดิน ตาไม่ต้องใช้ก็ได้ เมื่อเราหลับเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ระลึกว่าพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ก็มีอยู่ในใจในตัวเรานี้ ไม่ต้องคิดแส่ส่ายออกไปว่า พระพุทธเจ้าอยู่โน้น พระธรรมอยู่โน้น พระสงฆ์อยู่โน้น พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็ให้น้อมเข้ามา รวมเข้ามาอยู่ที่ตัวอยู่ที่ใจ ใจที่เราภาวนาพุทโธ ๆ อยู่ทุกลมหายใจเข้าออกนี่แหละ ใจเป็นที่ฐานของพระพุทธเจ้า ใจเป็นที่ฐานของพระธรรม ใจเป็นที่ฐานของพระสงฆ์ ใจเป็นวัดของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เรียกว่า วัตรปฏิปทา ข้อปฏิบัติ เพราะพระธรรมวินัยคำสอนของพระองค์ ที่ท่านตรัสไว้มากมายประการใดก็ตาม เมื่อย่นย่อเข้ามาแล้ว ก็เพื่อยังดวงจิตดวงใจของเรา

ให้สงบระงับ เพื่อละความโกรธ ความโลภ ความหลง ให้เบาบางหมดสิ้นไป

พระธรรมวินัยที่พระองค์ทรงแสดง ตั้งแต่ตรัสรู้จนถึงวันปรินิพพาน ๔๕ พรรษา เมื่อท่านจัดเข้าในพระไตรบิฎก ก็เรียกว่าพระสูตร พระวินัย พระปรมัตถ์ พระธรรมแปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ร่างกายตัวตนของเราทุกวันนี้ เมื่อจัดเข้าในหลักพระธรรมก็คือตู้พระไตรบิฎกนั้นเอง พระสูตร พระวินัย พระปรมัตถ์ ได้แก่กาย วาจา จิต ของแต่ละบุคคล เพราะพระธรรมคำสอนของพระองค์ทั้งมวลนั้น ต้องการให้สาวกผู้สดับรับฟังทั้งหลายประพฤติปฏิบัติ คำว่าประพฤติปฏิบัติ ก็ให้เราท่านทั้งหลายทำความดีมีการรักษาศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ ศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ด ทำสมาธิภาวนาจนให้เกิดปัญญา ท่านจึงรวมเข้าในไตรสิกขาว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าศีลบริสุทธิ์ สมาธิตั้งมั่นจนเกิดปัญญา จนเกิดโลกุตตรปัญญาแล้ว ก็เป็นทางที่เรียกว่าหลุดพ้นออกจากกิเลสต่าง ๆ ได้

การนั่งสมาธิภาวนานี้ อย่าไปหลงสังขารมาร ผู้ที่นั่งสมาธิภาวนาได้น้อยหรือไม่ได้นั่ง ก็คือเชื่อสังขารมาร มารคือสังขาร มารคือสังขารนั้นเป็นตัวสำคัญ ที่ไม่ให้ผู้ปฏิบัติทั้งหลายนั่งสมาธิภาวนาได้ คือเราจะนั่งตอนเช้า สังขารมารก็คอยบอกว่า ยังเช้านัก ยังไม่นั่งสมาธิภาวนาก็ได้ สาย ๆ หน่อยนั่งก็ไม่เป็นไร ทีนี้ถ้าเราไปเชื่อมันตอนเช้าก็ตกไปไม่ได้นั่งสมาธิภาวนา ทีนี้เมื่อถึงเวลาสาย บางวันก็ลืมไปเลย บางวันก็นึกได้ พอนึกได้จะทำท่าลุกขึ้นนั่งสมาธิภาวนา สังขารมารก็ว่าอีกแหละ ไม่ต้องนั่งก็ได้ท่าน หลังจากฉันหรือบริโภคอาหารแล้ว ท้องก็ยังอึด ๆ อยู่พักผ่อนเสียก่อนก็ได้ ตอนบ่าย ๆ จึง

ค่อยนั่งก็ได้ ทีนี้ถ้าใครเชื่อสังขารมาร มันก็หลงไปตามอีกแหละ เลยที่ตอนเช้ามันบอกว่าสายแล้วก็ภาวนาได้ เมื่อถึงสายมันก็บอกว่าบ่ายก็ได้ ในท้องยุบเสียก่อน สบายดี ถ้าเชื่อละก็ไม่ได้นั่ง ทีนี้ตอนบ่ายมันก็เอาอีก เลยลงท้ายที่สุดตลอดวันตลอดคืน ไปเชื่อสังขารมารไม่ได้เรื่อง

พระพุทธเจ้าก่อนที่พระองค์ยังไม่ได้ตรัสรู้ ก็เพราะไปเชื่อสังขารมารตัวนี้ ผลัดวันประกันพรุ่งอย่างโน้นอย่างนี้เรื่อยไป นับแต่พระองค์ได้ทรงออกผนวชตั้ง ๖ พรรษา จึงมาได้สติ ไม่เชื่อสังขารมาร คิดดูซิว่าวันที่พระองค์จะได้ตรัสรู้นั้น พระองค์นั่งสมาธิภาวนาผินหลังให้แก่ไม้โพธิ ผินหน้าไปทางตะวันออกเฉียงเหนือหน่อย ในขณะที่พระองค์นั่งสมาธิครั้งนั้น พระองค์มีสัจจอธิษฐานตั้งอกตั้งใจเต็มที่ว่าการนั่งคืนนี้ เป็นการนั่งอย่างเอาเป็นเอาตายทีเดียว พูดง่าย ๆ ก็เรียกว่าเอาเป็นเอาตายกัน จะไม่ลุกจากที่นั้นเป็นอันขาด ถ้าไม่ได้ตรัสรู้ ไม่ได้คุณความดีอันใดอันหนึ่งเกิดขึ้นในวันนั้น ตายเสียที่นั้นดีกว่า เพราะพระองค์จับกลมารยาของสังขารมารได้ มันคอยโกหกพกลมพระองค์อยู่เสมอ ๆ เลยมันผลัดไปตามอาการเหล่านั้นอยู่เรื่อยไป จึงไม่ได้สำเร็จ

ในวันวิสาขบูชานั้น พระองค์ไม่เคลื่อนที่ นั่งแล้วก็เป็นอันว่านั่ง ถึงกระนั้นในตำนานโบราณท่านว่าพญามาราธิราชโจมตีอย่างขนาดหนัก พระองค์ก็ไม่ท้อถอย บอกว่าให้ลุก พระองค์ก็ไม่ลุก ทำอย่างไร พระองค์กำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก ลุกไปไหนกันมันก็ต้องตายภายในร้อยปี ลุกไปไหน ๆ มันก็จะต้องตายภายในร้อยปี ภายในแปดสิบปี พระองค์เพ่งลงไปที่ลมหายใจเข้า ลมหายใจออกนี้

ว่าเห็นไหมที่ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ถ้าเข้าไปแล้วออกไม่ได้ ติดขัดอย่างใดอย่างหนึ่ง ตายได้ หรือว่าหายใจออกแล้วสูดเข้าไม่ได้ อะไรติดขัดปอดติดขัดเข้าก็ตาย พระองค์เอาลมหายใจเข้าออกอย่างเดียว ดูความตายทุกลมหายใจเข้าออก เพราะเวลานั้นยังไม่มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระพุทธก็พระองค์เองยังไม่ได้เป็นพระพุทธ คงผุดไปผุดมาตามสังขารมารนั้นตลอดกาล ไม่เป็นพุทธะได้ พระองค์ก็เอาความตายมาเตือนจิตพระองค์ทุกลมหายใจเข้า หายใจออก จนกระทั่งศรัทธาความเชื่อความเลื่อมใส บังเกิดขึ้นในจิตในใจของพระองค์ว่ามันตายแน่ ที่แท้ก็คนเราตาย มันก็ลมหายใจขาด ลมหายใจไม่มีนี่แหละ มันตาย พระองค์เพ่งอยู่ในลมเข้าลมออก จิตผู้รู้เห็นลมเข้าออก ลมเข้าออกมันไม่รู้จักตัวของมันเป็นลมออก คำว่าลม ๆ ก็โดยสมมติของโลกว่าลมจริง ๆ มันไม่ได้สมมติตัวของมัน คนเราไปสมมติต่างหาก พระองค์ก็เพ่งให้มันเห็นว่าทุกลมหายใจเข้าออกมันตายแน่ ใครที่เกิดมาในโลกไม่ตายมันไม่มี ไม่ตายเวลาเด็ก ก็ตายในเวลาหนุ่ม ไม่ตายในเวลาหนุ่มเวลาแก่ชรามันก็ตาย ตัวเราก็ต้องตายอย่างนี้ ก่อนที่จะถึงวันตายควรให้ได้ละกิเลส ราคะ โทสะ โมหะ ให้หมดไปสิ้นไป เรียกว่าตรัสรู้ พระองค์ตั้งใจแน่วแน่มั่นคง หนักแน่น มีสัจจอธิษฐานตั้งใจลงไปมั่นคง นึกถึงทานบารมี สีลบารมี เนกขัมบารมีที่ได้บำเพ็ญมา ปัญญาบารมี ขันติบารมี วิริยบารมี สัจจบารมี อธิฐานบารมี เมตตาบารมี อุเบกขาบารมี บารมีทั้งสิบประการ ที่พระองค์บำเพ็ญมาเต็มบริบูรณ์แล้ว เข้ามารวมอยู่ในจุดจิตดวงที่มีความรู้สึกอยู่ที่ลมหายใจเข้าออก ในดวงจิตของพระองค์นั้นเรียกว่าหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน แผ่นดินภายนอกยังมีแผ่นดินไหวได้ ส่วนน้ำพระทัยของ

พระพุทธเจ้า เมื่อระลึกถึง ทาน ศีล ภาวนา เข้ามารวมที่ลมหายใจเข้าออก ทุกสิ่งทุกอย่างมารวมที่ดวงใจ มั่นคงหนักแน่นยิ่งว่าพสุธาหน้าแผ่นดิน ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งใด ๆ ทั้งหมด ชีวิตก็เสียสละลงไปได้ แม้จะตายในเวลานั้น พระองค์ก็ไม่กลัว โบราณาจารย์เจ้าทั้งหลายท่านจึงแสดงรูปนิมิต ว่านางธรณีมารีดน้ำมวยผม ให้เป็นน้ำมหาสมุทรทะเล พัดพาพญามาร เสนามาร กิเลสมาร ลงสู่มหาสมุทรมีจรเข้เหรากินพวกพญามาร เป็นบุคคลาธิษฐาน คำว่านางธรณีก็คือแผ่นดิน เมื่อจิตใจของพวกเราทั้งหลาย มั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดินแล้ว เอาแบบอย่างแผ่นดินแล้ว เป็นอันว่าสู้สังขารมารได้ สู้กิเลสมารได้ สู้กิเลสพันห้าตัณหาร้อยแปดได้ ถ้าเอาใจอย่างแผ่นดินดูแผ่นดิน ฝนตกลงมาในฤดูฝน แผ่นดินก็อยู่อย่างเก่า ไม่หวั่นไหวแดดออกในฤดูแล้ง ร้อนจนจะเกิดเป็นไฟ แผ่นดินก็ไม่หวั่นไหวหนาวจนเป็นน้ำแข็งจับหญ้าจับดิน แผ่นดินก็ไม่หวั่นไหว มนุษย์เกิดมาในโลกนี้ สมมติว่าแผ่นดินตอนนั้นเป็นประเทศนั้นประเทศนี้ทุบก่นเผาไฟ ทำอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง จนกระทั่งเอาระเบิดปรมาณูไฮโดรเจนทิ้งลงไปในแผ่นดิน แผ่นดินก็เฉยอยู่อย่างนั้น นี่แหละธรณี นางธรณีก็คือว่าแผ่นดิน

ถ้าจิตใจของสมณะนักบวชนักบ้าน คฤหัสถ์บรรพชิต เลื่อมใสในพุทธธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจริง ๆ ย่อมไม่มีความหวั่นไหวประการใด แม้จะเหน็ดเหนื่อยเมื่อยหิวก็เรื่องของขันธ์ เรื่องของร่างกาย รูปขันธ์มีที่ไหน ก็ต้องมีความเหน็ดเหนื่อย เมื่อยหิวเป็นธรรมดา ต้องกินต้องนอน ต้องอะไรต่ออะไรจิปาถะ มันเป็นเรื่องของธาตุ เป็นเรื่องของขันธ์ จิตใจอย่าได้หวั่นไหวไปตามอาการเหล่านั้น

เมื่อเราจะทำอะไร เป็นต้นว่าจะนั่งสมาธิภาวนา ก็อย่าให้สังขารมารกิเลสมารเหล่านี้มาหลอกลวง หรือเราจะสมาทานเนสัชชิธุดงค-กรรมฐาน ก็ให้ตั้งใจมั่นลงไป อย่าไปกลัวว่ามันจะเกิดโรคอย่างนั้นมีภัยอย่างนี้ โรคภัยไข้เจ็บใด ๆ มันไม่เลยตามไปได้ แค่ตายเท่านั้นแหละ อดหลับอดนอนมันไปแค่ตายเท่านั้นแหละ อย่างมันแรงกล้าก็ตายเท่านั้น บอกสังขารมารให้มันรู้ไว้ว่า เราสู้ตาย ท่านรู้ไหมสังขารมาร ไม่ต้องมาหลอกลวงเราอีกต่อไป นั่งภาวนา พุทโธ ๆ ทุกลมหายใจเข้าออก ถ้าจิตใจของนักปฏิบัติธรรมกรรมฐานทั้งหลาย ตั้งลงไปได้อย่างนี้ ดวงจิตดวงใจของผู้ตั้งได้นั้น จักรู้สึกตัวทีเดียว มีความเบากายเบาใจสว่างไสว เหมือนกับว่ามีพละกำลังเกิดขึ้นในดวงจิตดวงใจใจอันนั้นกล้าหาญขึ้นมา ไม่กลัวตาย ไม่กลัวเหน็ดกลัวเหนื่อย ไม่ท้อแท้อ่อนแอ

ขึ้นชื่อว่าการนั่งสมาธิภาวนาแล้ว ได้เวลาให้รีบทำ ให้รีบ ๆ ด่วน ๆ รีบทำ ถ้าไม่รีบไม่ด่วน ไม่ได้ คำว่าไม่ได้ คือจะไปเชื่อสังขารมาร หรือเชื่อคนที่ไม่ตั้งอกตั้งใจบำเพ็ญภาวนา มันก็มีแต่จะให้ท้อถอยนั่นเอง ดังนั้นพระพุทธองค์ท่านจึงตรัสไว้ว่า ตุริตะ ตุริตัง สีฆะ สีฆัง หมายความว่า เวลาทำความดี ภาวนาทุกลมหายใจเข้าออก ให้รีบ ๆ ด่วน ๆ คือให้ตั้งใจทำ ตั้งใจปฏิบัติเสียในเวลานี้ขณะนี้ ถ้าไม่รีบทำแล้ว มันจะเป็นอย่างไร ก็กิเลสมาร สังขารมารกิเลสมันพาไปจนเฒ่าจนแก่ จนชรา จนจะตาย หรือว่าถึงวันตายก็ไม่มีเวลาอีก คนที่ไม่มีเวลาก็คือว่า เชื่อสังขารมารตัวนี้แหละ

นักปฏิบัติธรรมทั้งหลาย อย่าได้เชื่อสังขารมาร ทุกลมหายใจเข้าออก บอกกรรมฐานให้สังขารมารรู้ ว่านี่แน่ ลมหายใจเข้าออก

มันรอวันตายอยู่ทุกขณะทุกเวลา พระพุทธองค์ท่านกำหนดลมหายใจเข้าออกนี่แหละ เป็นบาทแห่งสมถกรรมฐาน เป็นบาทแห่งวิปัสสนากรรมฐาน ยังจิตใจของพระองค์ให้ตั้งมั่นในธรรมปฏิบัติได้ เราทุกคนทุกตน ทุกองค์ ก็มีลมหายใจเข้าลมหายใจออกเหมือนกัน มีดวงใจครองอยู่ในร่างกายสังขารนี้เหมือนกัน สิทธิพิเศษคือผู้ใดเอาชนะกิเลสในหัวใจของตนได้ ก็รู้แจ้งเห็นจริงซึ่งพระนิพพานได้ไม่ต้องสงสัย ไปมัวสงสัยอยู่ทำไม คำว่าสงสัยก็คือว่า ไม่ตกลงใจ ไม่ปลงใจลงในการประพฤติปฏิบัติ ไม่ตั้งใจกระทำปฏิบัติในขณะนี้ ชั่วโมงนี้นาทีนี้ วินาทีนี้ เดี๋ยวนี้ ขณะนี้นั่นเอง ท่านเรียกว่าสงสัย สงสัยบุญเก่า สงสัยบุญใหม่ สงสัยอะไรต่ออะไรจิปาถะ เลิกความสงสัยออกไป

พระพุทธองค์ตรัสว่า เรื่องอดีตอนาคตแล้ว อย่ายื่นมือชูงวงออกไป ถ้ายื่นมือชูงวงออกไป เป็นอันว่าติดหมด ไปไม่รอด ไปไม่ได้ ถ้าตั้งใจลงไปในขณะนี้แล้ว ดวงใจอันมีความรู้สึกอยู่ภายในใจของทุกคน มีอยู่หรือไม่ ก็ย่อมตอบได้ว่ามีอยู่ ถ้ามันไม่มีเราจะมาพูดอย่างไรได้ ถ้าไม่มีจะมานั่งฟังธรรมได้หรือ มันมีอยู่นี่แหละ นี่แหละบุญบารมีมีอยู่ที่ตรงนี้ เราก็ตั้งใจบำเพ็ญภาวนา รวมกำลังจิตกำลังใจเข้ามาสู่ดวงจิต ที่มีความรู้อยู่ภายใน วางจิตสังขาร วางจิตวิญญาณ วางจิตกิเลส ที่แส่ส่ายลุ่มหลงคิดโน้นคิดถึงนี่ คิดถึงหมู่คณะเพื่อนฝูงบ้านเรือนสถานที่ ป่าเขาลำเนาไพร ในที่อื่นนอกจากปัจจุบันเป็นความผิดทั้งนั้น ความถูกความตรงก็พระองค์ตรัสไว้ว่า ตัตถะ ๆ ในที่นั้น ๆ คำว่าตัตถะ ๆ ในที่นั้น ๆ ก็หมายถึงดวงใจ ผู้รู้ มีอยู่ภายในใจทุกคนนั้น รวมลงที่นี้ มีอยู่ในใจ มีอยู่ในจิต มีความรู้สึกอยู่ในที่นี้

เมื่อกำลังจิตอันนี้รวมเข้ามาตั้งลงไป สงบลงไป จนเชื่อแน่จนเชื่อมั่นว่ามีอยู่ในจิต มีอยู่ในใจนี้จริง ๆ ไม่ใช่มีอยู่ในที่อื่น ศีลรักษากายวาจาก็คือดวงใจนี้แหละเป็นผู้รักษา สมาธิตั้งใจมั่น ก็อะไรจะมาตั้ง ก็จิตนี้แหละ ตั้งปัญญา ความรอบรู้ในกองสังขาร ๆ ก็ดวงจิตอันนี้แหละ มันจะนอกเหนือไปจากดวงจิตอันนี้ไม่มี นอกเหนือไปจากดวงใจไม่มีเลย

ดวงใจอันเดียวนี้แหละ มันเป็นได้ทั้งรู้ มันเป็นได้ทั้งหลง เมื่อปล่อยให้มันหลงไหลไปตาม รูป เสียง กลิ่น รส โผฎฐัพพะ ธรรมารมณ์ แล้ว ใจอันนี้ จิตอันนี้ มันก็หลงมา กระทั่งวัน กระทั่งคืน ตลอดตั้งแต่เกิดจนแก่ ตั้งแต่แก่จนตาย หลงไหลมาอย่างนี้นับภพนับชาติไม่ถ้วนแล้ว เมื่อมาภาวนาทำความเพียร เพียรแผดเผากิเลสในหัวใจอันนี้ให้มันเบาบางหมดสิ้นไป ก็คือว่าเพียรเพ่งอยู่จำเพาะดวงจิตอันนี้เตือนบอกดวงจิต ดวงที่มีความรู้สึกอยู่ภายในนี้ว่า นอกจาก จิตที่รู้อยู่ตั้งอยู่ในขณะปัจจุบันนี้ ออกไป จะเป็นอดีต อนาคต ร้ายดีอย่างไรไม่ต้องไปสนใจ เพราะไม่เที่ยงทั้งหมด ไม่มีอะไรที่เป็นของเที่ยงมั่นถาวรอยู่ได้เลยในโลกนี้ เป็นทุกข์เปล่า ๆ นอกจาก ที่รู้อยู่นี้ เป็นทุกข์ นอกจากที่รู้อยู่นี้ ไม่ใช่ตัวตนของเรา แม้ที่รู้อยู่นี้ ก็ยังไม่แน่ เพราะยังมีอาสวะกิเลสต่าง ๆ ห่อหุ้มเต็มดาษดื่นอยู่ จำเป็นต้องทำความเพียรแผดเผากิเลสในที่นี้ บำเพ็ญทาน รักษาศีลภาวนาในที่นี้ในดวงจิตที่มีความรู้อยู่เดี๋ยวนี้ ขณะนี้ เวลานี้ คอยระวัง เสียงเข้ามาทางหู อย่าได้ไปตามมัน รูปผ่านทางสายตา อย่าได้ตามมันไป กลิ่นมาทางจมูก อย่าได้หลงไป รสอาหารผ่านลิ้น อย่าได้หลงไป เย็นร้อน

อ่อนแข็งมาทางผิวกาย อย่าได้หลงไป ความคิดนึกปรุงแต่งดีชั่วประการใด อย่าได้หลงไปตามอาการเหล่านั้น

ทำไมพระองค์จึงไม่ให้หลง พระองค์ให้รู้ ท่านว่า ให้รู้อยู่ อนึ่งเดี๋ยวนี้ ท่านทั้งหลายรู้ไปรู้มา รู้ไปมา พอแรงแล้ว รู้ไปโน้น รู้ไปนี้ จะเอาอย่างโน้น จะเอาอย่างนี้ มันได้อะไร ได้ก็แต่ชาติ ชรา มรณะ ตายเกิด ๆ ตายอยู่ในโลกนี้ เห็นไหม เพราะทุกคนเกิดตาย ๆ อยู่ เหมือนกับเสียงตั้งขึ้นก็ดับไป รูปตั้งขึ้นมันก็ดับไป มีความเกิดขึ้นที่ไหนย่อมมีความดับไปที่นั้น ท่านให้รู้ธาตุ รู้อันนั้น มันเป็น คำบอกคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า พระอริยเจ้าทั้งหลาย เมื่อท่านเตือนว่าท่าน ให้รู้ จิตของผู้ใด ผู้นั้นก็ให้รู้สึกตัว อย่าไปมัวเมา ตามอารมณ์ของจิต ตามสังขารของจิต ตามตัณหาของจิต ตัณหาท่านว่า กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา คือตัณหาอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด มันมีอยู่ในดวงใจนั่นแหละ ที่จะเลิกได้ ละได้ อยู่ที่ความเพียรเพ่งอยู่ ความเพียรเพ่งอยู่ไม่หลงใหลไปตามตัณหาทั้งหลาย แผดเผาตัณหาเหล่านี้ให้หมดไปสิ้นไป ก็คือว่าไม่ตามตัณหา ความอยาก ความปรารถนา อันบังเกิดมีขึ้นในดวงจิตดวงใจนั่นเอง มันจะมีความดิ้นรนวุ่นวายไปตามตัณหา อย่างใดก็ตาม ให้สงบอยู่ ให้รู้อยู่ ให้เห็นอยู่ให้แจ่มแจ้งอยู่ ณ ภายในดวงใจ

ท่านให้เห็นแจ้งลงไปในใจอันนี้ แล้วก็นอกใจออกไป ก็ให้เห็นแจ้งทุกสิ่ง มันไม่มีอะไรเที่ยงมั่นถาวรอยู่อย่างนั้นตลอดไป ไม่มีเลย แล้วก็ไม่มีสิ่งใด ที่จะเป็นสุขกายสบายใจตลอดเวลา ไม่มีเลย มีแต่ทุกข์นั่นแหละ นั่งเป็นทุกข์ในนั่ง นอนเป็นทุกข์ในนอน ยืนเป็นทุกข์ในยืน เดินไปมาเป็นทุกข์ในการเดินไปมา พูดจาปราศรัย

แสดงธรรมมันก็เป็นทุกข์ทั้งนั้น ไม่มีอะไรที่เป็นสุข ที่เราสมมติว่าอันนั้นเป็นสุข อันนี้เป็นสุข ไม่จริงทั้งนั้น ถ้ามันเป็นสุขจริงละก็ทำไมมันเกิด มันแก่ ถ้ามันสุขจริงทำไมมันเจ็บไข้ ถ้ามันสุขจริงทำไมมันตาย ถ้ามันสุขจริงตายแล้วทำไมมันมาเกิด มันไม่มีหรอกเรื่องสุขสุขนั้น มันเป็นความหลงของปุถุชนคนใบ้ พระอริยเจ้าทั้งหลายท่านเห็นว่า เป็นเรื่องของความทุกข์ เป็นเรื่องของความไม่รู้ ต่างหาก

พระพุทธเจ้า พระอริยเจ้า พระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย ท่านจึงบำเพ็ญสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ไม่ว่ายืนเดินนั่งนอน ทุกอิริยาบถท่านทำความเพียรภาวนาอยู่ตลอดเวลา หรือว่าเร่งทำความเพียรตลอดกาล จึงมีการไม่หลับนอน คือว่าการต่อสู้กับกิเลสในหัวใจ ถ้าไปมัวหลับมัวไหล มัวนอนเสียกิเลสมันก็ย่ำยี สู้มันไม่ได้ ทีนี้ถ้าเราลุกขึ้นนั่งกรรมฐานภาวนาพิจารณาอสุภกรรมฐาน ธาตุกรรมฐานอาทีนวโทษ ในธาตุในขันธ์ ในรูปในนามนี้อยู่ ชี้แจงแสดงให้ดวงจิตดวงใจที่ลุ่มหลงมัวเมาอันนี้ ให้รู้สึกสำนึกตัว จะได้ทำความเพียรแผดเผากิเลส กิเลสคือ ความไม่รู้ กิเลสคือ ความหลง กิเลสคือความเมา เมื่อได้หลงได้เมาสิ่งใด แล้วไม่รู้สึกตัวนี้แหละ มืดมิดปิดทาง ไม่มีทางใดจะมามืดมิดปิดทางเท่ากับ ความหลง ความไม่รู้ไม่อยู่ ความไม่รู้กาย ความไม่รู้รูป รู้นาม ไม่รู้ไม่อยู่ไม่เห็น อนิจจังทุกขัง อนัตตานั่นเอง ใจไม่รู้ไม่อยู่ในใจ จิตไม่รู้ไม่อยู่ในจิต จิตไม่รู้ไม่อยู่ในปัจจุบัน ไม่รู้ไม่เห็นแจ้งในปัจจุบัน ไม่ทำความเพียรแผดเผาในจิต ในปัจจุบัน มัวเพลินไปทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่นทางรส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เข้าใจว่านั่นเป็นความสุข สุขมันเป็นสุขเจือปนด้วยอามิส มันไม่สุขจริง ๆ สุขจริง ๆ นั้นท่านว่าสุขในพระนิพพาน

สุขในพระนิพพานเป็นสุขที่ไม่ยึดไม่ถือ สุขไม่เอาอะไรเข้ามา และไม่มีอะไรออกไปแผดเผากิเลสราคะ กิเลสโทสะ กิเลสโมหะ ทั่วภายนอกภายในให้หมดสิ้นไป ไม่มีอะไรเหลืออยู่ในเรื่องกิเลสทั้งหลาย นี่แหละถึงเรียกได้ว่า ความสุขแล้วก็สุขจริง สุขตลอดกาลอนันตสุข สุขตลอดเรื่อง ไม่กลับกลอกหลอกลวง ส่วนสุขในโลกแม้จะสุขขนาดไหน ก็ยังเป็นความสุขอันหลอกลวงอยู่นั่นเอง เป็นท้าวพระยามหากษัตริย์ เศรษฐีมหาเศรษฐี เป็นถึงพระเจ้าจักพรรดิตราธิราช ก็ต้องมีความทุกข์อยู่นั่นเอง เพราะอำนาจของกิเลส กิเลสท่านเรียกว่าไฟ ไฟเป็นของร้อน ไฟราคะมีที่ไหนร้อนที่นั่น ไฟโทสะมีที่ไหนร้อนที่นั่น ไฟโมหะมีที่ไหนร้อนที่นั่น ไฟราคะ โทสะ โมหะอยู่ที่ไหน ก็อยู่ที่ใจ ไม่รู้แจ้งเห็นจริง ใจไม่ปล่อยไม่วาง ใจไม่เลิกไม่ละ ใจไม่ปล่อยทิ้งนี่แหละ ตัวใจที่ยึดตัวยึดตน ใจยึดหน้ายึดตา ใจยึดตีนยึดมือ ใจยึดไปทุกสิ่งทุกอย่าง ยึดอยู่ได้เมื่อไร ตายแล้วมันเน่าเปื่อยผุพังผังแผ่นดิน เผาใส่ลงไปในแผ่นดิน เห็นหรือไม่ เมื่อยังไม่รู้ไม่เห็น ว่าตัวจะต้องเป็นอย่างนั้น ก็ดูคนอื่น บิดามารดา ปู่ย่าตายาย ของเราทั้งหลาย เขาไปไหนกัน เขาตาย ตายแล้วไปไหนก็เป็นดินน่ะ ตัวเราที่มายึดมาถือ ว่าตัวเรา ของเรา ผลที่สุดมันก็เป็นดิน นี่แหละห้ามไม่ได้ เมื่อห้ามชราพยาธิมรณะไม่ได้ ดังนั้นพระองค์ห้ามจิต ห้ามจิตไม่ให้หลงไปตามเรื่องของโลกธรรมดา

พระองค์ให้ทำความรู้แจ้งในจิต นอกจากจิตที่รู้อยู่ เป็นอนิจจังไม่เที่ยงทั้งหมด อย่าได้หลงใหลไปเป็นอันขาด นอกจากจิตที่รู้อยู่เป็นทุกขัง เป็นทุกข์ทนไม่ได้ทั้งนั้น นอกจากจิตที่รู้อยู่นี้ เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตนของเราทั้งนั้น ไม่ใช่ตัวตนเราเขา เป็นสมมติของโลก

ดังนั้นต่างหาก ความจริงไม่มีอะไรเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นของของเรา ลองแยก ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ กระดูก ออกไป แยก ดิน น้ำ ลม ไฟ ออกไปดูซิ อะไร มันเป็นอะไร มันไม่ว่าอะไรทั้งนั้น นี่แหละเรื่องสมมติของโลก จงอย่าได้หลงใหลไปตามอาการเหล่านั้น จงทวนกระแส น้ำจิต น้ำใจ เข้ามาสู่ สมาธิภาวนา สงบจิตสงบใจ ตั้งมั่นอยู่ในธรรมปฏิบัติ แผดเผาแล้วแผดเผาอีก กิเลส ราคะ โทสะ โมหะนี้ ถ้ายังมีอยู่ก็เพียรพยายามแผดเผาไปโดยลำดับ ๆ เรียกว่าไม่ถอยความเพียร วิริเยน ทุกฺขมจฺเจติ พระองค์ตรัสว่า ผู้จะล่วงทุกข์ไปได้เพราะความเพียร เมื่อมีความเพียร ใจมีความเพียร จิตมีความเพียรแล้ว พ้นทุกข์ได้ ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย เชื่อต่อพุทธภาษิตนี้อย่างเต็มอกเต็มใจแล้ว ไม่ต้องท้อถอย ตั้งอกตั้งใจบำเพ็ญสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานให้เต็มที่ ในขณะปัจจุบันนี้ เรื่อยไปทีเดียว เมื่ออินทรีย์บารมีแก่กล้าสามารถเต็มที่เมื่อใด เวลาใด ก็จะได้สำเร็จมรรคผลนิพพาน เห็นแจ้งในธรรมปฏิบัติได้ไม่ต้องสงสัย

ฉะนั้นอุบายต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้ เมื่อเราท่านทั้งหลาย พากันได้สดับรับฟังแล้ว ได้ความจริงแจ้งในจิตของตนอย่างใด จงกำหนดจดจำไว้ ณ ภายในแล้วน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติ ก็คงได้รับความสุขความเจริญ เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้ ฯ



พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ชวนพิมพ์
112-116 ถนนบริพัตร บ้านบาตร
กรุงเทพมหานคร โทร. 2810541
นายชวน ศรสงคราม ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา พ.ศ.2519